

الدار الذهبية للطبع والنشر والتوزيع

٨ ش الجمهورية - عابدين - القاهرة - ت : ٣٩١٠٣٥٤ - فاكس : ٧٩٤٦٠٣١

د.عاطف لماضه



- أول عتبات النضوج • دماء لا تحملين همها
- شغل البيت ووجع الظهر • حَبُّ الشباب
- أنـا أُحب • فى انتظار العريس
- الاختلاط خطر منذر
- ستكونين زوجة

الدار الذهبية



الإهـــداء

بلا تردد !!

إلى ابنتى (يُسْر الرحمن)

وأنت فى الثالثة من عمرك .

عسى أن تلجأين إلى كلمات

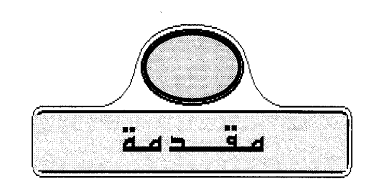
أبيك يوماً ما !!

والله يحفظك ويرعاك

والدك

د / محمد عبد العظيم لماضة

(عاطف لماضة)



الحمد لله ، والصلاة والسلام على سيدنا رسول الله ﷺ وعلى آله وأصحابه وذريته وأتباعه إلى يوم أن نلقى الله تعالى فيسألنا ونتردد ، ويحاسبنا فيظهر التقصير ، نغرق فى عرقنا ، ونتلظى بشمس المحشر المحرقة ، وتطير الصحائف ، وتزيغ الأبصار ، وتبلغ القلوب الحناجر ، وتذهل النفوس عن النفوس ، وينكر الوالد ولده ، والزوج زوجه ، وكُلٌّ يقول : نفسى نفسى . .

فإذا عزّ الموقف ، وقلَّ النصير – ولا نصير – وتطلعنا إلى هول الموقف . . كان الأمل والرجاء ، والظَّن الحسن بالله العظيم ، فطمعنا فى عفوه ، ورغبنا فى كرمه ، وكانت رحمته هى الملاذ والمطمع ، ولا قنوط من رحمة الله أبداً . .

وبعد . . .

فهذا حديث النفس إلى فلذات الأكباد ، وعماد البلاد ، ومُنَشِّئَات الأجيال . . . أمهات المستقبل وفتيات الحاضر وأطفال الأمس . .

فهو حديث إلى كل فتاة من بنات أمتنا المضطهدة المحاصرة .

فتاتى الغالية . . .

أنت هدفٌ لكلِّ عدو . .

يعلمون أنك حجر الزاوية فى الحضارة الإسلامية . . . فلو انتزعوك من أحضان هذا الدين لكان ذلك كافياً لضعضعة الكيان الإسلامى كله . .

وأعداء الإسلام - يهوداً وغير يهود - يعلمون أن العفة والالتزام من الأمور الحساسة التى لا تساوم عليها المرأة المسلمة ، والفتاة المسلمة ، فحاولوا أن يخترقوا هذا الثغر ، ويغزوا الإسلام من هذه الناحية . .

وأذكرك بحادثة فى التاريخ البعيد - وما هى عنا ببعيد - إذ أننا نعيش نسقها ومثالها كل يوم ، ونعانى فى بيوتنا من وسائل الإعلام الغربية المعادية ، والشرقية المخدوعة التى تعرض علينا صباح مساء عُريا وإباحية وإثارة . .

تلك الحادثة التى كان آثمُها يهودىٌّ حاول أن يكشف ستر المرأة المسلمة . .

فكان ذلك سبب جلاء اليهود - يهود بنى قينقاع - من المدينة ، ولعل هذا الحادث بالذات هو الذى يكشف لنا خطورة الأمر . .

فالمسألة فى ظاهرها بسيطة . .

لكن الأمر أخطر مما نتصور . .

فاليهود يعرفون ما يريدون . .

إنهم يريدون كشف ستر المسلمات ، وتتبع عوراتهم ورسول الله ﷺ يعلم ذلك . . فيقرر أن لا يساكنه اليهود المدينة ، ولا يجاورونه فيها .

إن الحرب المنصوبة عليك بدأت حملتها منذ طفولتك فهم يخططون لمسخ المسلم والمسلمة منذ طفولتهم حتى وهم أجِنَّةٌ فى بطون أمهاتهم . .

فلتتأملى هذه الحروف المنقوعة فى سم العقارب ، وزعاف الحيات من أفكار الماسونية - وهى حركة صهيونية سرية عالمية - من أخطر وأمكر الحركات الهدَّامة فى العالم . .

جاء فى أحد بنودها :

« يجب تربية الأطفال وفق منهاج موضوع . . إن السيطرة على

الشبيبة من أولى غاياتنا وأهدافنا . . . دعوا الشيوخ والكهول جانباً ، وتفرغوا للشباب بل تفرغوا حتى للأطفال .

إن الانطباعات الأولى لا تُنسى ، وعليه يجبُ أن تبنى هذه الانطباعات على أساس أفكارنا ، ولابد من تربية الأطفال بعيداً عن الدين[1] » .

نعم ...

هكذا بكل خبث وجرأة وتبجح تحرّض الماسونية الكافرة أنصارها وجنودها على الاستحواذ على الأجيال الطرية ، والتى ما تزال على صفائها وفطرتها ، وحشرها فى اصطبل الماسونية العفنة حتى يكون أول ما ينطبع فى ذهن الطفل الضحية ـ والذى لا يميز بعد بين الطيب والقبيح ، أفكارها المسمومة . . فيشب وينمو بعيداً عن الدين ، متمرداً على كل خلق سليم . . رافضاً لكل القيم . .

فيأخذ بتحدى تعاليم دينه وكسر أواصر الأسرة ، والبروز فى مظهر المائع الماجن المتهور ، لا يعبأ بمثلٍ ولا يحترم تقاليد[2] .

يستوى فى ذلك الفتى والفتاة . . لا تمييز بينهم ولا استثناء وهم لا يقصدون تدمير الطفل فى مرحلة الطفولة فحسب بل يقصدون أن يمتد هذا التدمير إليه إن كان رجلاً أو فتاة فإذا كان الرجل مربياً أو كانت الفتاة مربية أو فى مواقع المسئولية فإنهم يحملون أفكاراً بالية ومعتقدات سامة ويحملون معاول الهدم ـ هدم الدين ـ وهم لا يدرون . .

فهل تسلمين لهم ـ فتاة الإسلام ـ مقاليد الأمور فى حياتك ، وسلوكك ، ومعايشك ؟!! .

أم تراك تردين كيدهم إلى نحورهم ؟!! .

---

(١) أسرار الماسونية تأليف جنرال جواد رفعت أتلخان . .

(٢) الطفولة بين شراسة الهدامين ورحمة الإسلام ، عبد القادر عباد / مجلة الأمة القطرية العدد ٥٦ ص ٦٨ ، ٦٩

وهذا الكتاب الذى يناقش هموم الفتاة المسلمة ليس كل شيء .

بل هو نفثات محموم ، وأنات مكلوم . . وزفرات حرى من مسلم غيور على عرضه ودينه وبنى جلدته فتياناً وفتيات . .

فهموم الفتاة المسلمة تشغله ، وتملك عليه أقطار نفسه وهو يرى هذه الهجمة الشرسة من أعداء الله والدين وهو يعايش هذه الحملة المستترة على المسلمة زياً ، وشكلاً ، ومَوْضُوعاً . .

حملة يراد من ورائها طمس الهوّية المسلمة فى المجتمع المسلم .

وأول معقل من المعاقل التى يجتهدون قَدْرَ الطَّاقة . . وفوق الطَّاقة . لتدميره وتمييعه . .

والفتاة المسلمة هى هذا المعقل الصلب الذى يواصلون هدمه ودَكّه .. لأنهم يعلمون أن سرّ قوة المجتمع فى تماسك أسرته ، والتزام ربّاته . .

فهل نحن مُسْلِمون لهم الراية . . متخلون عن السَّاحة . . نترك لهم فتياتنا نهباً لهذه الحَملات المسعورة ؟!! فكما يحاولون أن يهدموا . .

فلنحاول أن نبنى . .

وإذا هم يحاولون هتك الأستار ، وتعرية نسائنا فلنحاول نحن أن نحمى الأعراض ، ونستر العورات ونكثف الأستار . .

وبعد ...

فلتكن هذه السطور مساهمة متواضعة فى التصدى لأعداء هذا الدّين . .

ورد سهامهم إلى نحورهم . .

اللهم إنّى أتوجه إليك بكمال القصد ، وسلامة الاتجاه وحسن النية ، وعزم المؤمن . . أن تصادف هذه الكلمات قلوب أهلها ، وأن تجد صدى فى نفوس من نقصد فإنك أنت الله الملك . . قلوب العباد بين

أصبعين من أصابعك تَقَلِّبُها كيف شئت ، فَثَبِّت اللهم قلوب العباد على محبتك ، والسير على الطريق الأسمى ـ طريق الفلاح والنجاح ـ صراط الله الذى له ملك السموات والأرض . .

اللهم بديع السموات والأرض . . قيوم السموات والأرض . . بيدك الخير كله اجعل هذه الكلمات الصادرة من قلب غيورٍ ، تدخل قلوب العاملين والعاملات من أجل دينك . .

وتجعلنا ربنا . . ممن يقولون ما يفعلون . . ويفعلون ما يقولون وارض اللهم عمن سبقنا فى هذا الطريق ممن جهدوا ، وتعبوا وجاهدوا ، وصبروا وصابروا ، فاستحقوا الرضوان الأعلى ، والدرجات العلى ، وصلى الله وسلم على البشير النذير . . معلم البشرية الحق ، وهاديها إلى الصراط القويم ، محمد بن عبد الله الذى أنار الله به قلوباً غُلْفاً وآذاناً صُمّاً ، وأعيناً عُمْياً . . فهدوا إلى صراط مستقيم فكانوا قادة هذه الأمة ، وحملة لواء الحق فيها . .

وآخر دعوانا أن الحمد لله رب العالمين ، وصلى الله وسلم وبارك على سيدنا محمد ، والحمد لله فى الأولى والآخرة . .

د / محمد عبد العظيم عطية لماضة

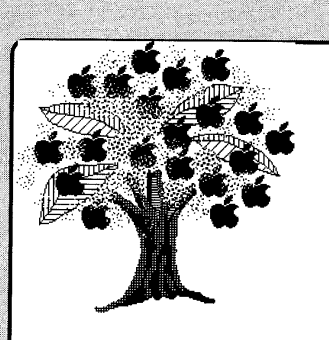
د . عاطف لماضة

سند بسط / زفتى / غربية
ت : ٦٠١٤٨٥
٦٠١٥٩٦ زفتى
٨٦٧٠٢٩ ميت غمر

فى

غرة شعبان ١٤٠٥ هـ

غرة يناير ١٩٩٥ م



أول عتبات النضوج

(مرحلة البلوغ)

" Puberty Stage "

أهلاً بهذا التطور الحبيب

أهلاً بهذا النضوج الذى يدفع بالفتاة درجة على سلم الحياة . . درجة تبعدها عن الأرض ، واللهو مع الأطفال ، والعبث بتراب الأرض ، ودحرجة الكرة ، ونفخ البالونة ، واعتلاء الأرجوحة . .

ومرحباً بتلك الانتقالة الخطيرة فى حياتك أيتها الفتاة العاقلة انتقالة من حالٍ إلى حال : من طفولة ساذجة بريئة . . لاهية . . إلى نضوج عاقل . .

واتزان فرض نفسه . . ورتابة هى لازمة للفتاة فى هذه السن . . فأنت الآن تمسكين بزمام نفسك . .

أنت الآن فى سن المسئولية . . والتكليف . . والمساءلة . .

فأهلاً بك فتاتى العزيزة . . فى هذه المرحلة الحساسة . .

ومعك فتاتى العزيزة . . نتابع مسيرتك . .

أشاركك الهموم ، والآلام ، والمتاعب . .

وأشاركك الأحلام ، والخواطر ، والطموحات . .

نعم . .

فهذه سن خطيرة . . مليئة . . . بالهموم والمتاعب . .

وهمومها ومتاعبها حبيبة قاسية . . شديدة حانية . .

لأنها هموم السن ومتاعب المرحلة الجديدة . .

ستواجهين انقلاباً جذرياً فى حياتك ! !

انقلابا فى كل شىء . . وتغيراً فى محيطك الذى تعيشين فيه . . ستتغير النظرة إليك . . وستوضع كل خطواتك تحت الفحص ، والمتابعة ، والمساءلة ولم لا ؟ ! !

ألست الآن قد بلغتين الحُلم . .

والحلُم سن البلوغ ، والنضوج ، والتطور . .

ومنذ اللحظة التى تودعين فيها طفولتك بجمالها ، ولهوها وعبثها..

وتلجين باب البلوغ . . والنضوج . . فأنت مسئولة عن كل ما تقدمين . .

ومنذ هذه اللحظة . . بدأ مَلَكَان يحيطان بك . . يُحصيان الحركات ويعدان اللمحات . . فكل كلمة ، وكل همسة ، وكل نظرة محسوبة عليك . .

أنت الآن يا بنيتى . . مسئولة أمام الله . . وأمام الناس . .

نعم !!

قد رفع عنك القلم منذ ولادتك . .

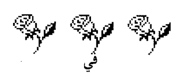
لكنه الآن . . قد شرع . . ليحصى عليك كل شىء . .

« رفع القلمُ عن ثلاث :

النائم حتى يصحو ، والطفل حتى يبلغ الحلم ، والمجنون حتى يفيق » . .

فاستيقظى – بنيتى – بعد غفوة . .

وأفيقى بعد غفلة ، وانهضى بعد طول رقاد ، واستعدى لأعباء المرحلة الجديدة .





حبيبـــة !!

ودّعي عَهْدَ الضّفـيـرة ، والأرجـوحـة ، وبالونة الهـواء . . ونذّاغـةَ الحلوى ، وعود المصاصة . .

ودّعي عـهـد البـراءة ، والعـفـوية واللهـو المختلط بحبـات الرمـال ، ومشاجرات الصبايا . . ودعي عهد الكلمات المتقطعة وناقصات الحروف، وغادري بلا خوف أو قلق عالم الحضانة والروضة .

وفـصـول الدراسـة الأولى . . واطرحي وراء ظهـرك نوم الضـحى . . وانكفاءة الرأس على الصدر من أثر شقاوة الطفولة . . وجهد اللعب طوال اليوم . . ودّعيه بنيتي واتركيه . . فأنت اليوم خلقٌ جديد !!

وادلفي في حياءٍ وخَفَرَ عبر بابٍ أرحب وأوسع ، باب الصّبايا الملاَح والعذارى الصِّبَاحْ . .

وادخلي عالمك الرحب الفسيح . . بخطو وئيد ، وسعي فريد ، وعمر مديد . . فأنت اليوم خلقٌ جديد . .

أنت اليوم غير الأمس البعيد لم تعدْ -حقيبتك طرح الظُّهور بل هي الآن محط الصدور ، فأنت اليوم خلق جديد ، على عتبـات البلوغ ، والصبا تبدئين عَهْداً سعيداً . .

على عتبات البلوغ *Atpuberty* :

تتغير أشياءٌ ، وتتبدل أحوالٌ . . فهـا هو الصوت الطفولي الرفيع الصارخ يتحول إلى صوت تُغَلِّفُه تلك الارتعاشةُ التي هي قرين البلوغ ، والنضوج ، كان صوتاً طفولياً ، واليوم هو صوتُ فتاةٍ تتكلم بملء فيها..

وتخرج حروفها ناضجة معبرة ضخمة بعض الشيء .

واستدار القوام..

فمـا عاد هذا القوام الهزيل النحيف الطفولي . . فاستدارة القوام تقول :

إنى الآن فتاة بالغة .. نما عودى ، وطال جسمى ، وقويت ساقاى ، فما عدت أتعثر . .

وبرز النهدان . . بروز الثقة فى النفس ، والاعتراف بالشباب والبلوغ والنهوض . .

وتضـــخـــمت الأرداف بعض الشىء . . وليس يؤرقنى إلا بعض شعيرات نبتن تحت أنفى لكنهن غير ظاهرات واضحات كشعر الفتى . .

وأخريات تكسو ذراعىَّ ، وقدمىّ لكنهن على أية حال ليست كشعر الفتيان . . واضحٌ ، كثيف ، جلى . .



قطرات . . . دماء

قطرات دماء فى ثيابى ! !

أفزع . . أتحير . . أتساءل . . ما هذه الدماء ؟ !!

ولِمَ ؟ !!!

وهل هى لازمة حتمية ؟!!

وتضحك أمّكِ ـ بنيتى ـ وهى تقص علىَّ قصة فزعك لهذا الوافد الجديد ! !

وأبتسم حين تمرين من أمامى . . تسرعين الخطو تغضين الطرف. . تتعثرين على عتبات البيت . . وأضحك . . لأنى علمت أنك قد فهمتى ما قالته لك أمّك . .

إن هذه الدماء بنيتى ليست دماء جراحٍ . . بل هى دماء ضريبة مفروضة على كل الفتيات فى مثل سنك . . دماء شهرية . . كأنها فريضة شهرية . . دماءٌ تترقبين نزولها . . بقلق . . بإشفاق . . بترقب .. بحبِّ طى مشاعرك الخاصة . .

وتشعرين مع كل هذا القلق ، والإشفاق ، والترقب بالزهو ، والفرح ، والاغتباط . .

لأنك الآن فى عداد الفتيات البالغات الناضجات اللائى سيلعبن دوراً بارزاً فى المجتمع . .

فأنت نصف هذه الأمة ، وستلدين النصف الآخر ، فأنت أمة بأسرها ، والدماء التى سالت بنيتى ـ هى دماء الدورة الشهرية . .



دماء لا تحملين همها !!

دماء الطمث (Menstruation) :

هى جزءٌ مهمٌّ من التكوين الأنثوى . . جاء فى كتابنا « متاعب المرأة »[1] :

هذه الدماء التى تنساب منك مع دارة القمر هى دموع الرحم . .

وهى ليست . . دموع التماسيح . . وليست دموع الفرح . . إنها دموعٌ من الدّم والأنسجة المهترئة من جدار الرحم يطلقها على رأس كل شهر . .

دماء سّيالة (غير مُتَجَلِّطَة) . .

لماذا ؟ !!

لأن دم الرحم الخارج خال من مادة الفيبرينوجين (Fibrinogen) اللازم لإتمام عملية التجلط أو لانطلاق الإنزيمات المسيلة للدم (Fibrinolysines) هذا فى كثير من أحوال الرحم . .

أما فى حالات يكون الدم فيها غزيراً . . أو ثَمَّة نقص فى الإنزيم المسيل للدم (Fibrinolysines) فهناك إذن تجلط للدم . .

ويندفع الدم الهتون من الرحم دماً متجلطاً كأنه كَبِدٌ يُفْرَى . .

تُرى بنيتى ! ! !

هذه الدموع الدموية . . أهى احتجاج على شىء ؟ !!

أم هى بداية للدخول فى مرحلة جديدة . . فلننظر فى حالة هذا الرحم ذا الدمع الهتون . .

يتهيأ الرحم كل شهر لاحتفال رائع باستقبال قادم عزيز خارجه (البويضة ! !) .

---

(١) كتاب متاعب المرأة الصحية والنفسية . . إصدار الدار الذهبية للنشر والتوزيع ، للمؤلف .

يتمنى كل شهر لو أقامت فيه ضيفاً عزيزاً مكرماً يُقدم إليه صنوف الطعام من دم طازج شهى ويتعهدها بالرعاية إذا ما تم تخصيبها . .

فيلبس الثياب القشيبة . . غشاءً سميكاً يزداد سمكه فى هذه المرحلة بالذات موشحاً بالغدد النامية المتمايلة تمايل الغيد الكعاب . . وقد اتخذت شكلاً حلزونياً كأسنان المنشار . .

وتنتشى هذه الغدد ، وتنتفخ أوداجها بما أودعه الله تعالى فيها من مخزون الغذاء وشهى السوائل (Glycogen & Mucin) وأعدَّ لهذا الاستقبال مهادوثير من الخلايا المهادية (Stroma clls) التى قد نما عودها ، وكبر حجمها ، والتصقت فيما بينها تلامس الأيدى ، والأكتاف يتبين الناظر إليها طبقات ثلاث حتى يهنأ الضيف القادم بعد طول سفر بمُقام ناعم وخدر وثير . .

مهاد الرحم
- طبقة عميقة (Deep Compact) حول قواعد الغدد
- طبقة وسطى (Middle Spongy) حول قوام الغدد
- طبقة سطحية (Supe ficial) حول أعناق الغدد .

وهذه الطبقات قد بُثّتْ فى أرجائها المياه ، والكائنات التى أعدها الله تعالى لمقاومة كل ما يُعكر صفو الجنين من ميكروبات ، كما أنها زودت بعروق تمدها بالغذاء من كل صوب وحدب . .

فهذه شعيرات دموية قد بُثّتْ فى أرجاء الطبقة العميقة وأخرى مغزلية الشكل قد زرعت لتنساب بطريقة حلزونية مغزلية . . لتمد الطبقات العليا من هذا النسيج . .

يحدث كل هذا حين يعن للمبيض أن يجود ببويضاته . . وينتظر الرحم البويضة القادمة من هناك من المبيض عبر قناة فالوب (Fallopiantube) ليتم التزاوج بينها وبين هذا الفارس السمهرى العود ذو القلنسوة الحديدية الحيوان المنوى (The Sperm)، فإن تم التزاوج فى

الجانب المخصص لذلك من القناة قرب اتصالها بالرحم فَليقُمْ العُرس ، وتُعَدّ الولائم . . وتُنصَب الزينات ، وليكفكف الرحم دمعه ، وليتقلص ذلك الدمع . .

فلا مكان للدمع . . ولا للدماء . . ويهنأ القرار المكين بالجنين المبارك[1] .

أما إذا طالت المدة قبل الزواج . . فإن للرحم أن يقيم المآتم . . فتسوء حاله ، وتعتل صحته ، ويهترىء نسيجه ، ويقبع الرحم فى جوف الحوض المظلم يبكى بكاء الثكالى وينتحب انتحاب الأرامل . .

وتلك حالٌ لا ينفرد بها الرحم . . بل تصبح المشاركة الوجدانية . . بين أبناء المصير الواحد واجباً مُلحّاً ، وضروة تفرض نفسها . .

فالمبيض هو الآخر يصيبه الكمد ، وتنتابه حالة الاكتئاب وتنصبُّ هذه المشاعر على الجسم الأصفر الذى كان منذ قليل يحتضن البويضة مستشعراً دفء الأبوة ، وحنان الأمومة فتعترى الجسم الأصفر . . صفرة الموت وشحوبه ، ويذبل جسمه فليس أضر على أى جسد مهما كان . . من فكر مؤرق وكمد دفين ، وحزن يورث الأعضاء حسرة ومرضاً ! !

ويتحلل الجسم الأصفر (Corpus luteum) وليت الأمر يقف عند تحلل هذا الجسم الأصفر ، بل يتعداه إلى إعلان التمرد الهرمونى !!

فيتناقص مستوى الأستروجين والبروجسيترون فى الدم مؤديا إلى تناقص فى السوائل التى كانت تملأ غشاء الرحم لكن هذه المنابع ـ فى الرحم ـ قد اضمحل ماؤها ، وغاض موردها وتقلصت شرايينها ، فأصابها البَوار ، والكساد ، وعشش فيها البوم وباض . .

فتمزق الغشاء وتهرأ . . واندفع إلى الخارج محدثاً هذا النزيف الذى نصطلح على تسميته (الدورة الشهرية) لا تنزعجى . .

---

(١) راجع كتاب العقم عند الرجال والنساء ، د / عاطف لماضة ، الدار الذهبية للطبع والنشر .

فالدورة الشهرية (Menstrual Cycle) .

« هذا شيء كتبه الله على بنات آدم »[1] كما أخبر بذلك الصادق المصدوق ﷺ فلا حرج من الإفصاح عنه ، أو التحدث عنه ، أو السؤال عن ملابساته وظروفه والأحكام الطبية والشرعية المترتبة عليه . .

فما هذا الذى يثير قلقاً ، وجدلاً ، واستفساراً بين البنات اللاتى يواجهن هذا الحدث بفزع يخفينه طى همسات مترددة متسائلة تفضى بها إلى أمها ، فتبتسم الأم ابتسامة ندية ، تضع فيها كل بهجتها وفرحها ، وشكرها لربها أن بلغ بها العمر لترى ابنتها وهى تخطو أولى خطواتها على عتبات البلوغ .

وهى عتبة تنتظر الوصول إليها كل أنثى[2] .



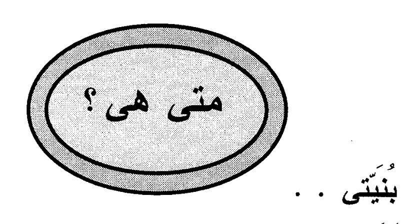
---

(١) رواه الإمام أحمد فى المسند ٦ / ٢٩٤

(٢) راجع كتابنا متاعب المرأة . . د / عاطف لماضة / الدار الذهبية للنشر والطبع .

؟ تساؤلات حول ؟





بُنَيَّتى . .

تَسَائلين عن الدورة ؟ متى هى ؟ !!

وللدورة الشهرية (M. Cycle) شأن فى إثارة القلق والتساؤلات . .

وحين يتقدم موعدها . . أو يتأخر خطوتين للوراء فتهرع الفتاة (صاحبة الشأن) إلى جارتها أو إلى الطبيب لتنتهى حيرتها ، ويتبدد قلقها . . وتعود إليها هدأة النفس وراحة البال .

ومعاً بنيتى . . نتعرف على مواقيت تلك الدورة وظروفها فهى فترة تبدأ من سن يتراوح بين ١١ ـ ١٣ عاماً وأول نزول الدورة يسمى (Menarche) .

حتى إذا توقفت وامتنعت عن النزول كان ذلك إيذاناً بفترة تتغير فيها أحوال المرأة وتتبدل وتصبح المرأة خالية من آلام الطمث . . وما ينزل منها . .

لتبدأ مرحلة جديدة فى حياة المرأة . . يطلقون عليها ـ وخطأ ما أطلقوا . . سن اليأس (Meno pause) .

إن عالم الطمث ـ أو الدورة الشهرية ـ عالم مثير . . إذ تختلف طبيعته من واحدة لأخرى ، فواحدة قد تستمر معها الدورة (أى نزول الدم) لمدة أيام . . ثلاثة . . أربعة . . أسبوع . . وهى فترات طبيعية حتى هذه اللحظة . .

فمعدل نزول الدم حوالى أربعة أيام . . وتَسَائلين بنيتى . . ما كمية النازل منها وأقول :

أما من ناحية كمية الدم التى تنزل من كل واحدة فقد يكون عند بعضهن شحيحاً ، وقد يكون عند الأخريات غزيراً وفيراً . . كلٌ حسب ما أودعه الله تعالى فيها من طبيعة . . وعلى أى حال . . فهى كمية تتراوح مـــا بين ٣٠ سم٣ ـ ١٨٠ سـم٣ هذا من ناحية الفترة التى تمكثها الدورة . . وكذلك من ناحية الكمية . .

وأى تجاوز فى ذلك فهى حالة مرضية تستحق المناقشة . . وسيكون فى حينه إن شاء الله تعالى[١] .



---

(١) المصدر السابق .

هموم الدورة

* مؤلمة . .
* مؤلمة جداً . .
* دورة متأخرة . .
* غائبة . .
* متكررة . .
* عزيزة طويلة . .

الطمث . . أو الدورة الشهرية

حالةٌ تصادف جميع الفتيات . . وهى حلم الفتيات حين تتطلعن إلى حياة جديدة . . وهى ليست حُلْماً سهلاً سعيداً خالياً من آلام أو منغصات . .

بل إن ثمة أعراضٍ تصادف البنت.. تسبب الضيق والقلق ، والألم مثل :

الصداع . . وخفقان القلب . . كما تشعر الفتاة أحياناً بثقل فى الثديين ، وقد تصاب الفتاة بغثيان يؤدى إلى قىء ، وقد تشكو من إسهال..

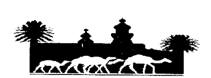
وفى حالات تصادفنا فى العيادة الخارجية . . تُصابُ الفتاة بقلق عصبى يؤدى بها إلى توتر وثورة . . أو قد تصاب أحياناً بالخمول . . أو الاكتئاب والتطلع إلى الحياة بضيق وقرف . .

وهذه الأعراض أو بعضها تلازم الفتاة طوال فترة ما قبل الدورة . .

وبالخبرة . . تعلم الفتاة أن مثل هذه الأعراض حالةٌ عارضة ستتبدد وتنزاح حالماً تنساب قطرات عزيزات غاليات من الدماء التى تمثل منعطفاً خطيراً وحساساً من حياة الفتاة . .

وتتنزل دماء الدورة ، فيضيع الصداع ، ويثبت القلب الذى اضطربت دقاته مع قرب حلول هذه الدورة الشهرية ، وتنقشع سحابة الغثيان ، ويتوقف ذلك القىء الذى كان يعاودها بين الفينة والأخرى . .

وتتسع بسمة الفتاة . . فقد ذهبت هذه الأعراض حتى حين ولكن لا بأس تلك سُنَّة الله فى المرأة . .



ظاهرة الألم الشديد من الدورة

كل هذا جميل . . ولكن الفتاة . . قد تظل تعانى من تلك الأعراض . . ومن شدتها وقسوتها . .

ونحن هنا نطمئن الفتاة بأنه لا خطب ولا خَطَرْ إن هى إلا ظاهرة تظهر فى بعض الفتيات ، وتشتد وتختفى عند أخريات . .

فقط تحتاج إلى وعى لديك بأنها ظاهرة . . ليست إلاَّ . . وعرض ليست بمرض . .

يسمى (Premen strual tension syndrome) ظاهرة التوتر والألم قبل حلول الدورة . . وهى لا تحتاج إلى أكثر من أقراص تزيل التوتر وتخفف انقباض العضلات . . وتخفف الألم . . واستعينى على ذلك بالله ، ثم بزيارة سريعة لطبيبك المعالج . . ستجدين الأمر أهون مما تتصورين .

واهنئى بالأمان حفظ الله شبابك .



(١) متاعب المرأة د . عاطف لماضة / الدار الذهبية للطبع والنشر والتوزيع .



دورة مؤلمة جداً Painfull Cycle

فى العيادة الخارجية . .

أقبلت فتاتنا تتألم فى حياء ، وتتوجع فى خَفَر تندفع فى وجنتيها حارةً ، فيحمر وجهها . . لكنها تستنكف أن تصرخ . .

لكن الآلام أقوى من احتمالها . . فتند منها صرخة تحاول وأدها . .

لكن الألم شديد . . وأسألها ما بك ؟

تصرخ الفتاة وهى تحاول ألا تبدو صارخة . .

مغص شديد ! !

أين تشعرين به ؟

فى منطقة أسفل البطن . .

وأحياناً يمتد أثر هذا الألم إلى منطقة الفخدين وأسألها . .

هل ثَمَّة أعْرَاضٌ مصاحبة لهذا الألم ؟!!

تقول والضيق من الألم يغلب عليها :

تعاودنى بنوبات من الغثيان والقيء.. مصحوبة بإسهال ..

وأبتسم ..

متى تبدأ هذه الآلام ، ومتى تنتهى ؟ بل متى تصل إلى أقصاها . .

كم تستمر . .

هل تتحسن تدريجياً دون تدخل . .

وتأتينى إجاباتها سريعة كأنما تود أن تتخلص من آلامها بنفس السرعة . .

تبدأ فى اليوم الأول من الدورة . . تصل إلى أقصى درجاتها خلال أربع وعشرين ساعة . . بينما يكون الدم أو النزيف قليلاً وتتحسن

عندما يستمر النزيف قليلاً . . وتتحسن عندما يستمر النزيف وتنزل الدماء[1] . .

أهز رأسى .. لا بأس .. فقط تماسكى وأهدئى . . فإن هذا القلق ، وتلك الاستثارة تسبب إثارة العصب الحائر (The vagus nerve) . .

ولبيان ما حدث أقول :

إن هذه الآلام تعتبر شكوى عامة فى البنات الصغيرة وهى دورة انقباضية مؤلمة (Spasmodic dysmenorrhea) وقد تحدث الآلام فى غياب أى خلل أو مرض فى أعضاء الحوض (خاصة التناسلية) . .

لكنى أعترف أن الآلام قد تكون شديدة جداً . . مبرحة تعوق الفتاة عن أداء عملها المنزلى العادى . .

* * وهمسة فى أذن كل فتاة تتعرض لمثل هذا الأمر :

إن آلامك ستنقضى ستنتهى حتماً . . ولكن ! !

عندما تتزوجين . . فيحدث حمل . . وتكون ولادة عندها سيتسع عنق الرحم . . وتتهتك الألياف العصبية التى تسبب الألم . .

وحتى هذه اللحظات الغالية فلن نتركك تتألمين وتعانين . .

أولاً :

ننصحك بالاهتمام بالغذاء ، والعناية بالنشاط المنزلى ، فكلما ابتعدتى عن حياة الترف والدعة والكسل ومارستى أعمالك العادية بهمة ونشاط كلما كان ذلك أجدى . . كما ننصحك بتجنب الإمساك وما يؤدى إليه للتخفيف عن الحوض . .

ثانياً :

لا بأس من أن تتناولى بعض أقراص من :

(١) ملحوظة : فى بعض الحالات قد تستمر الآلام طوال الدورة .

(أ) مضادات التقلص . .

(ب) المسكنات . .

(جـ) مضادات الحساسية . .

فإذا لم تحقق هذه الأدوية غرضنا فَثَمَّة علاج بالأقراص الهرمونية مثل : مشتقات الأوستروجين . .

أقراص تعطى من اليوم الخامس من بداية الدورة لعشرين يوماً والهدف منها منع التبويض وبالتالى تخفيف الآلام الناجمة عن ذلك . .

وأحياناً نلجأ إلى أقراص منع الحمل (Contraceptive tab) .

وعموماً . . فإن مثل هذا العلاج الهرمونى لابد وأن يكون تحت إشراف طبى دقيق . لإعطاء الجرعات المناسبة حسب ظروف كل حالة . وأحيلك إلى الهمسة التى همست بها فى أذنك :

إن مثل هذه الحالة تتحسن بعد الزواج حيث يتمدد عُنق الرحم والتمدد هنا يعمل كقاطع للألياف العصبية السمبتاوية الموضوعية الحاملة لنبضات الألم . .

ونحن قد نلجأ إلى الجراحة لإحداث هذا الأمر . . لكن ذلك يكون الحل الأخير . . القهرى الذى لا مفرَّ منه .



آلام التبويض Ovulation Pains

بنيتي . .

من المهم جداً أن تميزى ذلك الألم الذى يكون شديد الشبه فى شدته مع آلام الزائدة الدودية أو آلام البطن الحادة . .

آلام التبويض . .

تهاجم هذه الآلام الفتاة فى منتصف الدورة تقريباً عند الوقت الذى يحدث فيه التبويض . .

وهى لا تشعر بها فى كل أجزاء البطن ، بل فى منطقة معينة فى يمين البطن (نفس منطقة آلام الزائدة الدودية) وقد تظهر الآلام فى شمال البطن أيضاً .

وتصاحبها إفرازات مهبلية . . أو بعض النزيف الخفيف وهو يسمى طرافة (Vaginal bleeding) . .

ويحدث النزيف هنا نتيجة لانخفاض نسبة الأستروجين فى الدم عند وقف التبويض .

ومن رحمة الله تعالى أن هذه الآلام لا تمكث غير ساعات قليلة ونادراً ما تستمر لمدة ٢٤ ساعة ، ويحدث الشفاء تلقائياً ولكن من الممكن مساعدة الفتاة أو السيدة على التعامل مع هذه الآلام من خلال بيان أن هذه الآلام أمر عادى يحدث مع كل دورة وننصح باستعمال بعض المسكنات .

وفى بعض الحالات نلجأ إلى استعمال مثبطات التبويض مثل حبوب منع الحمل التى تعطى لمدة ٣ شهور[١] .

---

(١) المصدر السابق بتصرف .

قلق .. قلق .. قلق

الدورة غائبة !!

الدورة متأخرة !!

رغم ما فى الدورة الشهرية

رغم ما تحويه من دماء وآلام ومغص وقلق ، وترقب .

إلا أن غيابها وتأخرها يثير رعباً وقلقاً وفزعاً عند الفتاة ، وعند الأسرة كلها . .

ونحن فى هذا الصدد أمام أمرين مختلفين :

أولا : دورة غائبة :

لم تحدث مطلقاً . .

ونعنى بذلك عدم حدوثها حتى سن السادسة عشرة وقد يكون هذا الغياب كاذباً . .

أى ليس نتيجة لسبب عضوى ، وإنما لعائق عارض .

ثانيا : يكون تأخر الدورة أو غيابها لأسباب عضوية تستحق الوقوف عندها وفحصها ! !

أما الأمر الأول :

وهو غياب الدورة الغياب الكاذب (False absent) ويكون نتيجة مانع فى الفتحة التناسلية . . مثل :

- ضيق فى عنق الرحم (Cervical Stenosis) .
- حاجز مهبلى (Vaginal Septum) .
- أو أن غشاء الرحم غير قابل للاختراق . .

أو من اللحمى السميك ، فتحدث الدورة لكن الدم لا يخرج من مخرجه الطبيعى . .

وحالة غشاء البكارة غير المثقوب ، أو ذلك النوع الصلب يؤدى إلى احتجاز الدم ، وغياب الدورة الكاذب (Cryptomenorrhoea) .

ولإنزال الدورة نحتاج إلى تدخل جراحى بسيط . .

أما غياب الدورة الحقيقى . . الذى هو عبارة عن عدم نزول الدورة مطلقاً . . فيعزى ذلك إلى عوامل عدة من بينها :

الأنيميا الحادة . . سوء التغذية ، السمنة المفرطة فى بعض الأحوال تؤدى إلى ذلك . .

لأن كل هذه الأسباب من شأنها الإخلال بوظيفة المبيض أو الإقلال من نشاطه . .

كما أن الإصابة بحمى التيفود فى سن البلوغ ، والأمراض المزمنة مثل التهاب الكليتين المزمن ، أو السل الدرنى الرئوى قد تسبب ذلك . .

كما أن غياب الطمث الأوَّلى . . وتأخر حدوثه رغم بلوغ الفتاة ١٧ عاماً . . ينتج أيضاً من اضطراب فى الغدد الصماء أيضاً . . أو عن عيوب خلقية فى الرحم . . أو عدم وجود مبيض . . أو انسداد غشاء البكارة . . كما أسلفنا . .

ومثل هذه الحالات تحتاج إلى فحوص شاملة تتضمن الفحص الإكلينكى الدقيق . . والفحوص المعملية . . والاختبارات الخاصة بالرحم والمبيض والغدد الصماء ، ثم علاج ما يظهر من أنيميا ، وتقديم الغذاء المناسب ، وتصحيح سوء التغذية ، والحد من السمنة . .

والعلاج النفسى هام جداً للوصول بالمريضة إلى جو يهيىء لها سبيل العلاج والمتابعة . . وكثير من الحالات تتطلب علاجاً هرمونياً ، وعلاجاً بالأشعة للحالات التى تقاوم أوجه العلاجات التقليدية[1] .

---

(١) راجع كتابنا العقم عند الرجال والنساء وكتابنا متاعب المرأة د . عاطف لماضة . . الدار الذهبية للطبع والنشر والتوزيع .

دورة متكررة . . متكررة . . متكررة
Polymenorrhea

ابنتى تشكو !!

الدورة تتكرر عندها . .

إنها أقل من٢١ يوماً . .

حالات كثيرة تتعرض لهذا الأمر . .

وبداية فإن هذه الحالة قد تحدث دون وجود أية أعراض عضوية . .

أو نتيجة لاحتقان المبيض كجزء من احتقان الحوض . .

أو نقص فى إفرازات الغدة الدرقية . .

وهى حالة بسيطة إذا عرف السبب ، فنصف الطريق إلى الشفاء معرفة السبب . . والنصف الآخر المداومة على العلاج وفوق هذا كله اليقين بأن الشافى هو الله . . وأنه مسبب الأسباب سبحانه وتعالى . .

وعلاج هذه الحالات يتلخص فى إعطاء مشتقات البروجستيرون مثل : (Primolut N) وهى أقراص تعطى فى النصف الثانى من الدورة أو اللجوء إلى إعطاء حبوب منع الحمل من اليوم الخامس من الدورة حتى اليوم الحادى والعشرين . .

ومراعاة تلك الحالات التى يكون فيها نقص فى إفراز الغدة الدرقية .. أو أن هناك أنيميا حادة . .

ففى الأولى تعطى مستخلصات الغدة (Thyroid Extract) وفى الثانية يتم علاج الأنيميا ومتابعة أسبابها للوصول إلى أعلى معدلات الشفاء منها . .



دورة طويلة غزيرة

ابنتى تشكو من طول الدورة . . وهى حالة تكون فيها الدورة طويلة أو أن النزيف فيها غزير . .

ومثل هذه الحالات.. يشكو أصحابها من أحد الأمراض العامة مثل : الضغط المرتفع ، واحتقان القلب ، أو من أمراض الدم مثل اللوكيميا ، وأمراض نقص الصفائح الدموية (Thrombocytopenia) . .

كما أن حالة كهذه ـ أى حالة اضطراب الدورة وطولها ـ قد يشكو أصحابها من اضطرابات نفسية . .

أو اضطرابات فى الغدة الدرقية . . فينقص إفرازها ، أو يزيد . .

وعموما . . ففى هاتين الحالتين يكون هناك اضطراب فى الدورة .

ولا نغفل حالات الأنيميا الحادة . .

ويعزى هذا الاضطراب أحياناً إلى أسباب موضعية ، تكون فى الحوض نفسه مثل :

حالات التهاب الحوض ، وحالات الأورام فى الحوض ، وحالات احتقان الرحم البسيط نتيجة لإمساك مزمن . . كل هذه الحالات من شأنها أن تؤدى إلى اضطراب فى الدورة فتطول مدتها كما بيّنا . . أو يغزر نزيفها كما أسلفنا . .

نعود إلى النزيف . .

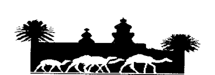
فنلاحظ ـ وعند حالات كثيرة تمت مناظرتها ـ أن هناك نزيفاً يحدث دون وجود أى سبب عضوى (Metropathia Hge) ويكون ذلك نتيجة لعدم استواء الغشاء المخاطى المبطن للرحم . . ويحدث النزيف هنا نتيجة لفقر فى وظيفة الجسم الأصفر (Corpus luteum) .

ولهذا فإن الغشاء المبطن للرحم لا يجد الدعم الهرمونى الكافى ،

ويبدأ النزيف قبل سبعة أيام من الدورة ، وأحياناً فإن الغشاء المبطن للرحم لا يحدث له تحلل بالشكل المعهود عند حلول الدورة . . بل يكون بطيئاً وغير كامل . . ويحدث مثل ذلك فى الجسم الأصفر ولهذا يستمر النزيف لسبعة أيام بعد الدورة أيضاً . . وعلاج مثل هذه الحالات يخضع لعلاج عام يتمثل فى الراحة والغذاء المدعم بفيتامين (جـ) ، والكالسيوم ، والتعامل مع الأنيميا إن وجدت . .

وعلاج الأسباب الظاهرة مثل علاج ضغط الدم ، وهناك علاج هرمونى مثل حبوب منع الحمل (Contraceptive Tab) قرصان حتى يتوقف النزيف .

أو إعطاء مستحضرات البروجسترون مثل (Primolutn) والأندروجين ، ومستحضرات الغدة الدرقية . . إن كان هناك سبب ويمكن أن يستمر العلاج الهرمونى لمدة ٣ شهور عند العودة أو النكسة (Relapse) .



إفرازات . . . إفرازات !!

Discharges

إفرازات . . إفرازات . .

قالتها وهى تبدى قلقاً ، وتظهر رُعباً . .

لأنهـــا لأول مرة تعاين هذا الأمر فى نفسـهـا ، وأخفى ابتسامة فاهمة . .

فمـا تشكو منه ابنتى إنما هو أمر طبيعى . . فهى إفرازات مهبلية ونعنى بالإفرازات المهبلية : انسياب مادة بيضاء من المهبل . .

ويفرزها المهبل بكميات كبيرة . . وذلك أمر طبيعى وهذه الإفرازات تحفظ للأعضاء التناسلية عند الفتاة طراوتها وليونتها ، بما يرد إليها من إفرازات من جاراتها من أعضاء الجهاز التناسلى :

* وتعالى فتاتى نتعرف على هذه الميكنة الإلهية العظيمة ، وفى حكمة خلق هذه الإفرازات . .

ولأهمية هذه الإفرازات فإن أعضاء وغدد عديدة تتعاون فى إعداد هذه الإفرازات . .

١ ــ غدة بارثولين (Bortholin`s gland) تفرز مخاطاً قلوياً . .

٢ ــ المهبل . . بالرغم من أنه لا يحتوى على غدد ــ إلا أنه يحتفظ بطراوته ، وليونته من ارتشاحات سائلة من جدرانه وهى حامضية فى تفـاعلهـا . . إذ تحتـوى على حـمض اللاكـتـيك . . وهذه الإفـرازات الحامضية تحمى المهبل من نزوات البكتيريا المتلاحقة . .

٣ ــ عنق الرحم . . يفرز من الداخل مخاطاً قلوياً . . يغمر قناة عنق الرحم كلها وتتصدى لأية عدوى تتصاعد إليه من الخارج . .

وعنق الرحم بالذات قد حباه الله تعالى بإفرازات تزيد وتغزر قبل كل دورة تحـــدث ، وفى فـــتـــرة تســـبق التـــبـــويض وتحت تأثيـــر الأستروجين(Oestrogen) الذى يفـــرز من حـــويصلة جـــراف . . (Graffian Folicle) . .

تحت تأثير هذا الهرمون فإن قناة عنق الرحم تغمرها كمية لا بأس بها من الإفرازات المخاطية القلوية . . لطفاً من الله . . وحكمة بالغة .. سبحان ربى ! [١] . .

أما الرحم « ذلك القرار المكين » فإن جدار الرحم القطيفى المخملى يفرز سائلا قلوياً غنياً بالنشا والسكر « سكر الجلوكوز ، وسكر الفركتوز » فى توليفة ربانية رائعة أطلق عليها العلماء إعجاباً وانبهاراً اسم (لبن الرحم) Uterine Milk وذلك فى الفترة التى تعقب التبويض من المبيض . .

وتتبقى لنا أنابيب فالوب (Fallopiantube) فهى تفرز سائلاً غنيا بالبروتين ويصل إلى المهبل على فترات . . تلك حالة الإفرازات التى تغمر جهاز المرأة التناسلى فى تقدير إلهى حكيم . .



(١) راجع كتابنا (متاعب المرأة النفسية والصحية) د / عاطف لماضة . الدار الذهبية للطبع والنشر ـ القاهرة .

صنعة الخلّاق العليم

ومن إبداع الخالق المبدع جلّ فى عليائه أن هذه الإفرازات تظهر فى أوقاتها الدقيقة التى يحتاج فيها الرحم وعائلته هذا المدد من تلك الإفرازات فتزداد فى هذه الفترات العصيبة ، وهذه الأوقات تتمثل فى :

١ ـ عند البلوغ نتيجة زيادة تطرأ فى الأوعية الدموية للأعضاء التناسلية . .

٢ ـ عند التبويض . . نتيجة إفرازات زائدة من عنق الرحم . .

٣ ـ قبل الدورة . . نتيجة احتقان فى الحوض . .

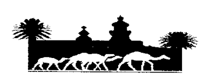
٤ ـ بعد الدورة . . من جدار الرحم المتماثل للشفاء من آثار الدورة.

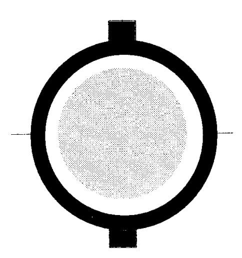
٥ ـ هذا فى حالة الفتاة البكر التى لم تتزوج بعد . . أما إذا تخطت الفتاة هذه المرحلة وتزوجت . . وأصبحت أُماً . . فإن هذه الإفرازات تزداد عند الحمل حيث يكثر توارد الدم إلى الرحم ، وزيادة فى إفراز الأستروجين . .

كذلك فإنها تزداد عند الإثارة الجنسية ، فتنهض غدة بارثولين للإفراز الغزير . .

تلك هى الإفرازات الطبيعية التى تتمخض عنها القناة التناسلية فى المرأة . . وهى علامة طبيعية ومؤثر من مؤثرات تمام النضج التناسلى عند الفتاة وعند المرأة . .

وهى لا تدعو إلى القلق إلا إذا تغير لونها ، ونتن ريحها ، وغزر خروجها . .





شغل البيت

ووجع الظهر

شغل البيت ووجع الظَّهْرَ

شُغْلُ البيت يؤلم ظَهرْى . .

شكوى عامة ـ مُرَّة متكررة من فتيات كثيرات يشاركن فى مساعدة الأمهات فى عمل المنزل . .

بل يضطلعن بكل أعباء المنزل الثقيلة . . ومعك حق يا بنيتى . .

فشغل البيت عبء ثقيل يحتاج إلى همة وعزم وإصرار وقبل كل ذلك الاستعانة بالله عز وجل . . لكن وجع الظهر الذى تشكين منه ليس وراءه شغل البيت فحسب . . بل هناك دواعٍ أخرى لألم الظهر قد لا تلتفتين إليها . . مثل :

الالتهابات والأورام .. أو جرح يصيب الظهر .. أو تقلص عضلى .. أو ضغط على العمود الفقرى . . أو انعكاس لأمراض أخرى تصيب الجسم(*) .

ولكننا لا نعفى « شغل البيت » ولا نبرىء ساحته وإن كان العتب عليك فى ذلك . .

فسوء استخدام الظهر ـ أو العمود الفقرى ـ بصفة خاصة . . وراء ذلك الألم الذى تشعرين به . . والذى يعطلك عن ممارسة دورك الطبيعى فى أعمال البيت . . وشغل المنزل . . ولكى نطلعك على سر تلك الآلام والسبب وراءها فإننا نشير إلى طبيعة هذا العمود الفقرى . .

فمنطقة الظهر عبارة عن تشكيل معقد مكون من ٢٤ عظمة مستقلة (فقرات) تربطها بعض العضلات وعدد كبير من المفاصل وعظام الظهر التى تعمل على حماية الحبل الشوكى ، والأعصاب التى

(*) راجعى كتابنا . . . متاعب العظام والمفاصل د / عاطف لماضة ، إصدار الدار الذهبية بالقاهرة .

بين الفقرات ، تلك الأجهزة الحساسة من الجسم التى تعمل على نقل الإشارات من المخ إلى باقى أجزاء الجسم . .

وعند حدوث أى تمزق فى الغشاء الداخلى المغلف لهذه المنطقة الحساسة من الظهر فقد يؤدى ذلك إلى الشعور بآلام من منطقة الظهر وحتى نهاية السّاق وهو ما نطلق عليه (عرق النّسا) . .

كما يمكن أن يتسبب ذلك فى العديد من المشاكل مع الساق ، والقدم والذراع ، أو الأصابع ، بل يمكن أن تتداخل مع أعضاء الجسم الأخرى لتؤدى إلى مشاكل مع التبول . .

من أجل هذا . . كان لابد أن ندق ناقوس الخطر . . ونسدى إليك بعض هذه النصائح(*) .



(*) Medical journel, Colorado university - New yovk
بتصريف .

كيف تحملين حاجات السوق ؟!!

تخرج الفتاة إلى السوق . . فيغريها ما به من أشياء . .

قد تكون خضروات . . فواكه . . لوازم البيت . . فتقوم بالشراء . . والشراء . . والشراء . . ويصبح العبء ثقيلاً . . والحل ؟!

أن تجمعي هذه المشتريات على مكان عال في مستوى الجسم . . ثم ابدئي بحمل مجموعة المشتريات واحدة تلو الأخرى على أن تكون جميعاً مُلاصقة لجسمك بقدر الإمكان ، ولا تحملي أكثر من استطاعتك . .

فحمل الحقيبة الممتلئة على الرأس يشكل عبئاً كبيراً على الرقبة والفقرات العنقية بالذات وقد يسبب ذلك في انزلاق في غضاريفها مما يسبب آلاما مبرحة في الكتفين وكف اليد وتنميل في أصابع اليدين ..

كما أن حملها في اليد وهي مشحونة بهذا الحمل الثقيل من المشتريات . . فذلك عبء يضاف إلى العمود الفقري ويسبب له متاعب كبيرة . .

والحلّ حملها بالطريقة التي أسلفناها ، أو دفعها في عربة خاصة (بحاجات السوٌق) على ألا تحني الفتاة ظهرها وهي تدفعها أمامها . .



حمل الأشياء الثقيلة

من أعدى أعداء الظهر حمل الأشياء الثقيلة . . وست البيت أو الفتاة التى تهتم بشغل البيت لا تستغنى عن حمل الأشياء الثقيلة لظروف ما . .

لذلك . . عند حمل الأشياء الثقيلة . .

اثنى الركبتين ، ثم قومى بإمساك الشيء الثقيل . . كجهاز التليفزيون مثلاً . . بيديك مع تقريبه إلى جسمك بقدر الإمكان ، ثم قومى باعتدال الساقين المثنيتين ورفع الجهاز بيديك لأعلى وهو مستند إلى جسمك مع الحرص على عدم رفع أى شيء من مكان منخفض جداً أو عال جداً بسرعة كبيرة لأنك بهذا سوف تزيدين من فرص فقد التوازن والإصابة بمشاكل الظهر . .



التقاط الأشياء من على الأرض

عندما تهتمين بالتقاط الأشياء من على الأرض . . لا تثنى منطقة الوسط . . قومى بثنى الركبتين . . وعند القيام افردى الركبتين ، ولا تلجئين إلى فرد الجسم ولكى يكون هناك توازن عند القيام بهذه المهمة . . ابعدى الساقين عن بعضهما إلى حدٍّ ما . . مما يسهل عليك عملية الانحناء والوقوف . .

* * *

أمام حوض الغسيل

الوقوف طويلاً . . إذا ما زادت مدته فإنه يؤدى إلى ضغوط مستمرة على العمود الفقرى . .

ولاتباع الأسلوب السليم لغسيل الأوانى . .

ضعى إحدى الساقين على علبة أو مسند للقدمين وهذه الطريقة فى الوقوف تساعد على أن يكون الظهر والفخذ فى زاوية تقدر بنحو ٣٥ درجة ، وهو ما يساعد على تقليل الضغط على منطقة الظهر . .



أمام المـرآة

لا غنى للمرآة عن وجه ينظر فيها ولا غنى للفتاة عن مرآة تطالع فيها صفحة وجهها ، واعتدال غطاء رأسها وانسجام ألوان ثيابها . . واتساق أزرار ملابسها . .

فالمرآة ضرورية . . لكن الجلوس أمامها يحتاج إلى حنكة ودراية بالطريقة المثلى للجلوس أمام المرآة .

ونصيحة . . لا تطيلى الوقوف أمام المرآة واحرصى على اقتناء مرآة بمسند ، أو مرآة (التسريحة) والتى أمامها مقعد . .

ولتكون المرآة قريبة من وجهك . . اجلسى على كرسى أمامها . . وهذا القرب يمنـعك من ثنى جزعك للأمام لترين ملامح وجهك جيداً . .

* * *

تسوية الفراش

تغيير الملايات شيء ضرورى . . وروتين شبه يومى . . لكن الطريقة السيئة فى فرشها . . أو تغييرها أو ترتيب السرير . . تسبب مشكلات للظهر أيضاً .

وبدلاً من ثنى جزعك .. اركعى على الأرض بالقرب من الفراش .

ولتسوية الأجزاء البعيدة من غطاء السرير قومى بثنى ركبة واحدة على الفراش ، مع فرد الساق الأخرى على الأرض .

بهذا يسلم جزعك من الانحناء الشديد . . أو الضغط على فقراته .



ظهرك عند النوم

من أخطر الأشياء على العمود الفقرى النوم على البطن . .

هذا الأسلوب فى النوم يؤدى إلى حدوث تغيير فى انثناء العمود الفقرى عن خطه الطبيعى . . خاصة إذا استمر الوضع على هذا الحال لعدة ساعات . . وهو ما يساعد على حدوث آلام الظهر . . وإذا نمت على ظهرك فإن وضع وسادة أسفل الركبتين يعمل على حماية منحنى العمود الفقرى على أن يظل فى مستواه الطبيعى . .

كذلك النوم على أحد الجنبين يمنع الضغوط من السيطرة على منطقة الظهر . .

وأحب أن أنوه إلى أن النوم على البطن من الهيئات التى يبغضها الله تعالى[1] .

والنوم على الجانب الأيمن يحقق سنة رسول الله ﷺ .



(1) يراجع كتابنا « آداب النوم » ضمن سلسلة الآداب الإسلامية للمؤلف إصدار دار الصحابة للتراث بطنطا . .

التريكو على المقعد

انتهت الفتاة من شغل البيت ، وخلت بنفسها واتخذت مكانها على مقعد فوتيه ، وأعدت إبرة أشغال التريكو لتبدأ برنامجها الترفيهى اليومى..

لا بأس . .

لكن من الممكن أن تطول الجلسة . .

والحقيقة أنه لا بأس من الجلوس على المقعد نشغل أنفسنا بأعمال التريكو لكن يجب أن تكون الجلسة سليمةً .

وننصح أن يكون القدمان فى وضع ثابت على الأرض . .

فإذا كان الكرسى عالياً بدرجة كبيرة فينصح بوضع وسادة تحت القدمين . .

ويستحب أن يكون للمقعد ظهر صلب . .

وأن تكون الجلسة فى وضع مستقيم يجعل العمود الفقرى مستنداً إلى ظهر المقعد . .

فالجلوس فى وضع مترهل ، والانزلاق فى المقعد . . أو ثنى الجسم للأمام . . كل ذلك يساعد على الضغط على العمود الفقرى وإحداث آلام الظهر وننصح إذا طالت الجلسة وتجاوزت نصف الساعة فليكن السير الهين فى المنزل أو فى المكتب لدقائق يسترد العمود الفقرى فيها وضعه وهيئته وننصح فى هذه الحالة بالسير الهادىء . . البطىء . . لتقليل الضغط على عضلات الظهر والمفاصل . .

وفى هذه الحالة فإن الجسم كله يعمل فى انسجام مثل ماكينة متسقة الأجزاء . . متزنة التروس والعجلات !!




(حَبُّ الشبابْ)
ACNE VULGARIS

تطلعت فى المرآة . .

وأخذت تداعب خدّها بأناملها . .

وتدير وجهها فى المرآة ذات اليمين وذات الشمال وإلى أعلى وإلى أسفل . .

وزمت فمها . . وأطلقت آهه متأففة ، وغشى وجهها ضيق وتبرم ..

واغرورقت عيناها بالدموع . . وصاحت متسائلة ؟!!

ما هذه البثور ، وتلك « الحبوب » و « الدمامل » التى تملأ صفحة وجهى ؟!!

إنها تسبب تشوهاً فى وجهى . . وتصيبنى بالأرق والألم . .

وتسبب لى أيضا نوبات من الحكة الجلدية و « الهرش » . . .

وتبسمت ومالى حيلة غير التبسم . .

وبدا لى أن أغرب فى الضحك .. لكنى حرصت على ألا أضايقها.. فقلت لها . .

بنيتى :

ما ترينه يحتل مساحات من صفحة وجهك . . إنما هو ضريبة لازمة من الضرائب التى تدفعها البنت فى فترة الصبا ومع بواكير البلوغ . .

قالت بنيتى :

ضريبة ؟!

قلت : نعم . .

تلك ظواهر البلوغ . . وما نطلق عليه « حب الشباب » .

قالت بنيتى :

« حب الشباب » ؟!!

قلت :

نعم . . حب الشباب مرتبط ظهوره فى فترة البلوغ . .

وهى ظاهرة فسيولوجية أكثر منها مرضية . . نتيجة لزيادة النشاط الهرمونى فى هذه الفترة ، فتظهر هذه البثور وتلك الحبوب فى الوجه . . وفى الظهر وعلى الأكتاف . .

وتظل هذه الحبوب ساكنة لا تسبب ألماً . . ولا ضيقاً إلا فى بعض الفترات . . ولا ضرر منها . .

إلا أن عبثت فيها أصابع الفتاة المتسرعة التى تود أن تزيلها من وجهها بأسرع ما يمكن . .

وهذا العبث بالأصابع يحمل فى طياته تلوثاً بكتيرياً خطيراً ، ويترك آثاره ندوباً ورؤوساً سوداء فى الوجه وفى موضع العبث بالأصابع . .

قالت ابنتى :

وما السبيل إلى التغلب عليها ؟

قلت :

السبيل يا بنيتى :

هو معرفة طبيعة هذه « الحبوب » . . ومعرفة طبيعتها جزءٌ من حل المشكلة . .

فإذا عرفنا أنها ظاهرة فسيولوجية وليست مرضاً . . فإننا نطمئن إلى أنها « شدة وتزول » و « غمة ستنكشح » فقط الصبر عليها مطلوب . .

لكننا لن نترك الأمر هكذا . . فإن كان ثمة مضايقات منها غير ما تسببه من تشوه فى الوجه . .

فإننا سنسدى إليك بعضاً من النصائح المطلوبة لمواجهتها :

* تجنبى الأرق ، والقلق ، والإمساك . فإنها من العوامل المساعدة فى ظهورها . .

* كما ننصحك بأن تتجنبى التعرض لأشعة الشمس فترة طويلة . . بل يكون التعرض لها بجرعات متدرجة . .

ولا تفرطى بنيتى فى تناول النشويات والشيكولاتة والدهون ،

والأكلات الحريفة (الممتلئة بالبهارات والشطة ونحو ذلك) . .

ولا بأس بعد ذلك من تناول بعض الأدوية المساعدة مثل مركبات التتراسيكلين . . وفيتامين أ ، ب . .

ثم استخدام مراهم الكبريت ٢ ٪ فلها دور المساعدة فى تخفيف حدتها ، وإزالتها . .

وفى الحالات المزمنة أو التى يستعصى علاجها ـ إن احتجنا إلى علاجها ـ فإنه يلجأ إلى مركبات الكورتيزون ويجب أن نشير إلى أن الرؤوس السوداء المتكونة فى هذه الحبوب (نتيجة استعمال الأصابع فى العبث بها) وأكرر ذلك للتحذير . .

فيجب إزالتها بمعرفة طبيب الأمراض الجلدية المختص هذا مع مراجعة الطبيب غير مرة لمتابعة العلاج .

وأعظم وقاية وعلاج لحب الشباب يكمن فى النظافة المستمرة للوجه . . لحمايته من الأتربة والميكروبات التى تستقر على صفحته وأعظم متابعة لهذه النظافة تكمن فى ذلك التشريع الإلهى للمسلمين بغشيان الوضوء (Ablution..) كل يوم خمس مرات .

ترى لو أن إنساناً دأب على غسل وجهه كل يوم خمس مرات أيبقى ذلك عليه من الأدران والأتربة شيئاً . . فسبحان من شرع ذلك . .

﴿ يا أيها الذين آمنوا إذا قمتم إلى الصلاة فاغسلوا وجوهكم وأيديكم إلى المرافق وامسحوا برءوسكم وأرجلكم إلى الكعبين وإن كنتم جنبا فاطهروا ﴾ [المائدة : ٦]

O`Belivers. when you intend to prayer, wash your facs and hands up to elbows and wipe your heads and wash your feet to ankles and if you are unclean purify you rselres .


شارب .. ولحية !!

شــارب ولحيــة !!

من بديع صنع الله تعالى أنه خلق الزوجين الذكر والأنثى . .

وجعل للذكر فى كل الفصائل والأنواع سمتاً مختلفاً ، وتركيباً جسمانياً ، ودوافع فطرية غيرها فى الأنثى . .

وصدق الله العظيم . .

﴿ إنا كل شيء خلقناه بقدر ﴾ [القمر : ٤٩]

وصدق الله العظيم . .

﴿ صنع الله الذى أتقن كل شيء ﴾ [النمل : ٨٨]

إذن . . فللذكر سمات وهيئة . . وللأنثى صورة أخرى . .

وهذا الاختلاف التركيبى مصنوع بحكمة الإله ليناسب طبيعة كل مخلوق .

فطبيعة الذكر ، ورسالته فى الحياة ، وحركته فى السعى والاكتساب غيرها فى الأنثى . .

ومن أخص خصائص الرجال خشونة الصوت . . وذلك الشارب ، وتلك اللحية اللذان يملأن وجهه ويميزانه عن الأنثى . .

ومما يؤثر عن أم المؤمنين عائشة رضى الله عنها أنها قالت : الحمد لله الذى زين الرجال باللحى ، وزين النساء بالحجاب . .

وهناك فروق فسيولوجية وهيكلية ليس هذا مكان بسطها ومن أخصّ خصائص الأنثى . .

نعومة الصوت ، وخلو وجهها من الشارب واللحية وهناك فروق فسيولوجية وهيكلية ليس هذا مكان بسطها أيضاً . .

لهذا . . .

فللفتاة الحق فى الانزعاج إذا شاب وجهها شعر فى مكان الشارب واللحية . .

ويصبح الأمر أكثر إزعاجاً لو كان هذا الشّعر كثيفاً ثقيلاً . .

ويصبح الأمر مستحقاً للمناقشة لتبيان طبيعة هذا الأمر . .

فمن الطبيعى . . أن ينبت للفتاة شعر خفيف شفيف فى موضع الشارب واللحية مع بزوغ شمس البلوغ ، وازدياد النشاط الهرمونى . .

ولا بأس فى ذلك ولا حرج . . فذلك شىء يزول بالمتابعة والنظافة..

أما إذا زاد الأمر عن الحد . . وغزر هذا الشعر . . فلا مفر من البحث والفحص . . والرجوع إلى الأخصائى فى ذلك أمر مطلوب محمود . . غير أنه يجب أن أشير إلى أنه فى بعض الأسر والعائلات قد يكون وجود شعر فى موضع اللحية والشارب أمر ملاحظ فى غالب فتياتها باعتباره أمراً موروثاً . .

ويعضد هذا الرأى ويقويه أن جميع الفحوص التى تجرى . . تعطينا انطباعاً جيداً بأن كل المعدلات المطلوب فحصها عادية وفى معدلها الطبيعى . .

كملاحظة أن الدورة الشهرية لا يصادفها اضطراب أو عدم انتظام أو عدم وجود أية أعراض أخرى للذكورة . . كتضخم الصوت مثلاً أو ضمور الثديين ، وأعضاء التناسل الخارجة . . أو تظهر الفتاة كأنها فتى ذات عضلات . . ونحو ذلك . .

كما أن الدراسات الهرمونية لا تشير عند هذا إلى أى اضطرابات هرمونية . .

بقى أن أشير أيضاً إلى أن بعض الأجناس يعتبر فيها ظهور الشعر أمراً عادياً . .

وما عدا ذلك . . أى إذا كانت كل الأمور منتظمة . . ففتش عن الهرمونات ، والأورام ، وبعض العقاقير المتهمة بإحداث ظهور الشعور . .

وأهم الأورام المحدثة لذلك هى أورام المبيض . . ويتم اكتشافها وتحديدها بالأشعة فوق الصوتية (Sonar) لمنطقة الحوض . .

ويلاحظ فى هذه الحالة أن الفتاة يكون رسمها كرسم الفتى صوتاً غليظاً ، وضموراً فى الثديين ، وأعضاء التناسل الخارجية وعضلات كعضلات الفتى . .

وبفحص دمائها . . نجد زيادة فى هرمونات الأندروجين . . كما أن الدورة الشهرية لا تظهر بالمرة (Amenorrhoea) .

* * *

من سنن الفطرة

لا شك كما قلنا . . أن الله عز وجل قد جعل لكل من الذكر والأنثى خصائص ، وأشكالاً تختلف باختلاف النوع . .

لكنه من المعروف أنه ينبت للذكر والأنثى شعر تحت الإبط وفوق العانة . . (فيما تحت السرة) . .

وإذا ترك هذا الشعر فى موضعه دون إزالة فإن ذلك من شأنه أن يورث كليهما رائحة كريهة ، وعرقاً غزيراً . .

لذلك كان من سنن الفطرة التى حرص عليها الأنبياء من قبل . . إزالة شعر العانة وما تحت الإبطين ، ولو مرة كل شهر . . تحقيقاً للنظافة والطهارة ، وأداءً للسنة . .



الحجاب(*)

هو سَمْتُ المرأة الملتزمة المؤمنة الواعية . . وعلامة عزتها وكرامتها وحريتها . . ودليل واضح على مدى التزام الفتاة المسلمة بدينها وشرع ربها . . قال الله تعالى :

﴿ وقل للمؤمنات يغضضن من أبصارهن ويحفظن فروجهن ولا يبدين زينتهن إلا ما ظهر منها وليضربن بخمرهن على جيوبهن ﴾

[النـور : ٣١]

ولتعلمين أهمية الحجاب ، ومدى دلالته على الشخصية المسلمة وإشارته إلى حضارة المسلمات وعفتهن وطهارتهن انظرى إلى تلك المعارك الشرسة التى تدار حول الحجاب ومدى هذه العصبية الهائجة التى تنتاب أعداء الإسلام ومن سار معهم من المتفرنجين والمستغربين من المسلمين حين يرون الفتاة المسلمة قد عادت لربها ، وسلكت سبيل ربها . . والتزمت بحجاب الفتاة المسلمة . .

من أجل ذلك نراهم يحاولون إثارة الزوابع والشبهات . .



(*) لمزيد من الإيضاح يراجع كتابنا (الحجاب فطرة الله التى فطر النساء عليها) تحت الإعداد .

الحجاب دون فكر وثقافة

نوع من التقليد الأعمي والتعصب العاطفي

الحجاب لا يحجب دور الفتاة ، ولا مشاركتها فى شيء من نواحى الحياة . . كما فرضها له ربها فى شرعه الحكيم . .

والإسلام لا يريد للفتاة أن تلبس الزى الإسلامى من منطلق عاطفى وتحمس للشرع فحسب . .

بل يريدها فتاة تمثل الإسلام قلباً وقالباً . . شكلاً ومضموناً فكراً وثقافة . .

وليس المطلوب من الفتاة أن تتساوى بالرجل فى العمل فى كل المجالات كما نرى من تكدس دون مبرر للفتيات مع الفتيان فى دواوين الحكومة دون حاجة إلى ذلك . .

إنما نعنى أن تكون للفتاة فكرها المستقل عن الرجل ، وانغماسها فى أداء دورها المرسوم لها فى المجالات التى تحسنها وتكون مؤهلة لها . .

ولسنا مع الفتاة التى تعتنى بالمظهر والشكل ، وهى فى واقع الأمر خاوية من الداخل كالبيت الخرب . .

فمجتمعنا فى حاجة إلى فتيات عاملات مجاهدات كهاتيك النساء اللاتى اتخذن لهن مكاناً فى التاريخ الإسلامى . .

والأمثلة كثيرة لا حصر لها . .

فالمسلمة لابد وأن تكون واعية .. تقول الحق مهما عزّ قائلوه وقلوا.. لها الحرية الكاملة فى التعبير عما تراه وتحسه . .

بمعنى أن تكون لها شخصيتها الأنثوية الكاملة مع المشاركة الفعالة فى المجتمع . . خاصة فى مجالات تحسنها . . طبيبة . . مدرسة . . ممرضة . . وفوق كل هذا مربية لأطفال كأحسن ما تكون التربية

وأكملها . .

لا يريد الإسلام أعداداً هائلة ممن يلتزمن بالحجاب . . بقدر ما يريد من الفتاة المسلمة أن تكون مسلمة فى كل أقوالها وأفعالها وتصرفاتها وهمسة فى أذن كل فتاة . .

إن الحجاب ليس حجراً عليك ، ولا تضييقاً عليك . .

بل هو صون لك من عيون الذئاب ، واحترام لآدميتك ، وطاعة منك لربك ونبيه ﷺ . . بل وأنبيائه جميعاً صلوات الله عليهم. . فما دعى نبى إلى سفور أو ابتذال .

فاحرصى عليه حرصك على الحياة . .

تنالين رضا الله فى الدنيا والآخرة . .




أنا أُحِبُّ !!

أقبلت تسعى بخطوات خجلى مترددة . . وعين منكسرة تتراقص فيها مدامع حيرتها . . فكر مؤرّق . . وسهد طويل . .

جلست قبالتى . .

وحدقت فىّ ودمعها رجراجٌ فى مقلتين غضيضتين حائرتين . .

وابتسمت لها . . وسألتها ما لك يا بنيتى ؟!!

وكساها خجل صامت . . أجابت به عن سؤالى وعاودت السؤال ؟

ما بك يا بنيتى ؟!!

قالت : بصوت مخنوق . . لا شىء . .

قلت :

لا شىء . . كيف ؟! وهذه المدامع علام ؟!!

قالت :

أشعر بصداع فى رأسى . .

قلت :

سلمك الله بنيتى وعافاك . .

ولكنى أشعر أن على صدرك حمل ثقيل . . ومغيب فى عقلك هم دفين . .

قالت :

لا شىء . . فقط أريد أن أغفُو قليلاً . .

قلت لها :

كما تحبين . . ودخلت إلى مخدعها . . تغالب دمعاً ، وتكتم آهة وتبيت على فكر ، وأرق ، وسهد . .

وتابعتها . . وقبل أن تسقط رأسها على الوسادة . . جلست أمامها ، وبصوت خفيض . . رفيق قلت لها :

بنيتى !!

تعلمين أنى ، ومنذ أن نَما عودك ، واشتد ساعدك واتسع خطوط . وأنا أعـاملك . . ليس ككل الآباء . . أعـاملك ولست أنت بنيـتى فحـسب . . بل ابنتى ، وصاحبتى . . وشريكة الرأى ، وأختى . . ألست تثقين فى ذلك ؟

هزت رأسها توافق على مقولتى . . فـواصلت الحـديث . . إذن يا بنيتى . . لا سر بيننا . . ولا مخبوء ، ولا مطوىّ لن أسألك . . الآن ما بك ؟

فقـد تجيبين ، وقد تصـمتين ، فأنت وشأنك ، لكنى . . ومنذ أن مـاتت أمك عـاهدت نفـسى أن أكـون لك كل الناس ، الأب ، والأم ، والأخ ، والصاحب ، فبوحى إلىّ بنيتى بما يعتمل فى صدرك من أمور ، وبما يجـثم على قلبك من أنات ، وشكوى ، وضـيق لا تخـجلى ، أو تكتمى شيئاً قد يؤدى كتمانه إلى عواقب وخيمة . .

صمتت . . وكان صمتها لا يعكس جواباً على أسئلتى بل صمت من لا يريد الجوابا !!

فمسحت على رأسها وهمست إليها :

بنيتى . . متى تحتاجين إلىّ ستجدينني . . قلباً كبيراً ، وأذناً سامعة . وأبا حانياً ، وصديقاً مخلصاً ، فاخلدى إلى النوم بنيتى ، ولا تبتئسى فعسى أن يخفف النوم بعض ما بك !!

وادمعى . .

لعل الدمع يعقب راحة من الوجد أو يشفى شجى البلابل . .

ما تزال بنيتى ساهمة واجمة . . تحدق فى السقف . . وتنظر إلى المجهول ذاهلة عما حولها . . صامتة طوال الوقت . . كأنها لا تعرف من حولها . . أو تعيش فى عالم منفصل عن أسرتها . . وأهلها !!

تأكل وهى لا تدرى . . إن كانت تأكل لأنها جائعة أو تأكل لأن

يدها امتدت إلى الطعام دون أن تدرى أحوالٌ لا تسر . . ولا تسعد أحداً وانظر إليها . . وأهم بسؤالها . . ما بك يا بنيتى ؟

وأنظر إليها فتطالعنى بعينيها مملوءتين بدموع غالية رقيقة . . حملتها كل ما تعانى . .

وأرى فى عينيها ، وفى إيماءة رأسها ، وفى نظرتها مطرقة ذاهلة . . ما يدفعنى إلى بث الثقة فى نفسها ، وإدخال الاطمئنان عليها . . وجعلها لا تجد من تفضى إليه بمكنون سرها . . وما يعتلج فى صدرها سوى أبيها . . والدها . . فقلت لها :

بنيتى !!

تعلمين أنه ليس فى هذه الدنيا من يحب لك الخير كل الخير سوى أبيك ولا أحد فى الدنيا يهمه إدخال السعادة عليك أكثر منى أنا أبوك فلا تقلقى ولا يشغلك أمر مهما عظم . . فإنى لكِ وقاءٌ من كل سوء قالت بنيتى وقد زايلها بعض التردد :

جزاك الله خيراً يا أبى . . فلقد عودتنى منذ الصغر على أن نكون أصدقاء ، وخلان . . وتلك ميزة لم أعهدها فى آباء كثيرين . .

ثم أطلقت زفرة حَارة كأنَّها تخرج من جُبٍّ عميق .

فقلت لها مشجعاً :

قولى يا بنيتى ولا تبتئسى . . ما بك ؟!!

فهزت رأسها موافقة . . وقالت بتردد إنى أُحبّ . .

ولم تملك نفسها . . خانتها شجاعتها . . غلبها حياؤها فدست وجهها بين يديها . . وانخرطت فى نحيب مكتوم . . ورغم ما انتابنى من دهش وعجب ، إلا أنى تمالكت نفسى فأنا أعلم أن بنيتى – فى هذا السن – وهى بنت السادسة عشر من الممكن أن تمر بتلك التجربة التى يطلقون عليها « الحب » ويا سبحان الله ! ! . .

أصبحت هذه الأمور « أمور الحب » توضع على بساط الموضوعات

الدارجة كأنها خبز يومى . . أو شيء روتينى !!

وللفتاة بعض المعذرة لا كلها . . وإن كنا لا يصح لنا أن نتركها نهباً لهذه الوساوس ، والتلبيس الشيطانى . . وعذرها المأخوذ فى الاعتبار سببه هذه الإباحية المنتشرة حولها . .

وهذا الإلحاح السمج من وسائل الإعلام بشتى قطاعاتها على مسألة الحب . . بين الفتى والفتاة . .

وهو حب آثم . . آثم . .

قبلات ، وأحضان ، وخلوات ، وعبارات غزل ، تخدش حياء البنت فى خدرها . .

وهو حبٌ آثم . . آثم . .

إذ هو يُسَوِّغ الخيانة الزوجية ، ويبيح كل شيء تحت دعوى الحب ..

فأى حب هذا ؟

وفتاتى لها التعللة والمعذرة . .

إذ أن الغناء الداعر يلح على أذنها صباح مساء بكلمات الهوى . . والعشق . . والحب . . والشكوى من الهجر . . ووصلت كلماتهم إلى حد اتهام القدر بأنه عقبة فى طريق المحبين . .

فيكتب الشاعر ، ويلحن الملحن ، ويغنى المغنى فنسمع من يقول :

(قدرٌ أحمق الخطى . .) . .

ويستعلى هذا الفريق الآثم على القدر فيقول :

(سحقت هامتى خطاه . .) .

أو هذا التحدى للقدر فيقول :

لا ها سلم بالمكتوب . .

ولا هارضى هبات مغلوب !!

فأى انحلال هذا ؟!!

المهم . . هذا هو واقع المجتمع الذى فرض أعداء الإسلام واقعهم وآدابهم السمجة . . وعاداتهم الفجة الوقحة على مجتمعنا المسلم . .

فلنواجه هذا بالتعقل والتروى والحكمة ، والمواجهة .

قالتها ابنتى . . وهى تعيش فى حضانتى . . وتحت بصرى وفى ظل متابعة دقيقة . .

فما العمل ؟

أغضب ؟ أثور ؟ أدق عنقها ؟

أضربها عَلقة ؟!!

أضرب عليها طوقاً من الحصار . . وأحبسها فى البيت ؟!!

ليس هذا هو الحل !

فكم من فتيات شققن عصا الطاعة ، وتمردن على آبائهن وأسرهن.. بل وسمعنا عن كثيرات تَرَكْنَ بيت أسرتهن وهربن مع من يعشقن ..

كل هذا رغم ما فعله الأهل بهن . . ضرباً ، وحبساً ، وتعذيباً . .

إذن ليس هذا هو الحل !!

فما الحل إذن ؟

الحل فى تصورى . . الإقناع . . الحجة . . الصدق فى القول والتصرفات . .

حسن صحبة الوالد لابنته . .

وليس هذا الحل من بنات أفكارى إنما هو ترجمة صادقة لبيان السيد الجليل محمد ﷺ .

« لاعب ابنك سبعاً ، وأدبه سبعاً ، وصاحبه سبعاً ، ثم اترك له الحبل على غاربه »[1] .

---

(١) لم أجده فيما تيسر لى من مراجع .

والقضية إذن . . تبدأ من المهد . . منذ الضغر . . إحسان التربية . . وإحكام المعاملة . . وإعطاء القدوة من الوالدين للأبناء . . وإفساح الصدور لكل أنات الأولاد ومشاكلهم دون قهر أو عنت أعود إلى الحديث مع ابنتى . .

أنت تحبين ؟

شىء جميل رائع . .

فالحب يا بنتى . . موروث فى الفطرة . . من ذا الذى لا يحب ؟

« ولا حرج فى الحب . . وبتعبير أدق لابد من الحب » .

فالحياة بلا حب صحراء قاحلة ، وجهد قاتل ، أو بيداء متخمة بالشوك . .

أما الحب فهو بلسم الجراح ، وعطر الحياة وسلسبيل الظامىء الملهوف المنقطع فى المفازة المهلكة [1] . .

بنيتى . .

الإسلام لا يرفض الحب . . ولا يقف عثرة فى طريقه . . ولكن جعل الإسلام منه المباح . . والحرام . . فأى حب يا بنيتى تقصدين ؟!!

هذا الحب الملقى على قارعة الطريق . . فى السكك والحوارى . .

عند أبواب المدارس ؟ أمام ساحات السينما فى الشوارع المظلمة ؟ فى الخلاء ؟

أى حب يا بنيتى . .

حب عبر النوافذ . . وفى البلكونات ؟

ذلك الحب المترع عشقاً ، وفجوراً ، وهمسات وغمزات ، ونظرات ، وابتسامات . . وقصائد تتللى وكلام معسول ؟!!

أى حب يا بنيتى :

---

(١) منير الغضبان . . إليك ايتها الفتاة المسلمة ، مكتبة المنار ـ الأروقة الزرقاء .

ذلك الذى ينفث السعار فى الجسم ، ويوقد اللهيب فى الكيان ويهيج الكامن من المشاعر ، ولا يروى ظمأها إلا أن تحترق ثم تعود لتلتهب من جديد ، وتوقد النار لتأكل من جديد [١] .

بنيتى :

أى حب تتحدثين عنه ؟

ماذا تفعلون به ؟

نظرة . . هى آثمة . .

ابتسامة . . من الشيطان . .

سلام . . كلام . . لقاء . . لا يحل . .

فالفتاة التى تهوى . . والفتى الذى يهوى . . يفقد لذة وجوده إلا فى ساعة اللقاء . . وساعة الأنس . .

أما ما عدا هذه الساعات ، وما عدا هذه اللحظات . . فاحتراق نفسى ، ومرارة دائمة ، وبين اللقاء حواجز وحدود . .

حواجز من الكرامة .. حواجز من العقيدة . . وحواجز من السمعة تحول دون اللقاء ، فتقلب الحياة كلها كارثة . . لا لذة بطعام ولا شراب ، ولا جلسة ، ولا إغفاءة ولا قراءة إلا مع ذلك المحبوب[٢] . .

قبل الزواج . . يكون هذا الذى تحسبينه حُبًّا . . هو ضربٌ من العبث ، واللهو ، واستمرار المعصية . .

والإسلام لا يكتم العاطفة . . ولا يحجر عليها ، بل يضبط حركتها فى إطار من الانضباط ، واحترام الذات ، وصون الكرامة ، وتجنب الحرام . .

فالتعفف هو مطلوب الإسلام وبغيته حتى يحين أوان زواجك . . ساعتها :

---

(١) المصدر السابق .

(٢) المصدر السابق .

تغدو الحياة كلها جنات ، فالارتواء العاطفى (بعد الزواج) قربى من الله ، وعطف الحب زلفى من الله والخلوة واللقاء يتم بستر وصون من الله ، وثمرة اللقاء مباركة طيبة ترعاها عين الله وتكلؤها عنايته[1] .

إذن فالحب بالصورة التى نراها بين الفتى والفتاة . . هو اقتراب آثم . .

والإسلام بهذا إنما يحذر من الوقوع فى الهوى . . فالهوى ـ بهذه الصورة ـ من الشيطان . . .

وأكرر إن الإسلام لا يكتم العاطفة ، لكنه يفرق بينها وبين السلوك . .

الإسلام يقر الهوى على أنه واقع ولكنه يطالب فى الوقت نفسه بمنع النفس عن الهوى . .

﴿ وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى * فإن الجنة هى المأوى ﴾ [النازعات ٤٠ : ٤١]

وأمام الحب مجالات عديدة ممتدة . . واسعة لا تضيق فيها ولا عنت إلاّ فى فرض الانضباط ، والاعتدال ، والسمو .

ولقد قسم بعض الباحثين الحب إلا ثلاثة أقسام :

الحب الأعلى : حب الله ورسوله والجهاد فى سبيله الله .

الحب الأوسط : حب الآباء والأبناء والإخوان ، والأزواج والعشيرة..

الحب الأدنى : إيثار حب الأهل والعشيرة والأموال والمسكن على حب الله والرسول والجهاد[2] .

وصفوة القول :

إن الإسلام اعترف بظاهرة الحب على أنه فطرة متأصلة فى كيان الإنسان لابد منه ولاغناء عنه لحكمة أرادها الله عز وجل :

---

(١) المصدر السابق .

(٢) الإسلام والحب عبد الله ناصح علوان .

﴿ فطرة الله التى فطر الناس عليها لا تبديل لخلق الله ﴾

[الروم ٢٠]

ويثير الأستاذ منير الغضبان تساؤلاً كبيراً . .

لم هذه الحواجز دون الحب ؟

لم هذه القيود دون الصلة واللقاء وتلبية دواعى القلب ؟

ويرد الجواب :

لأن الهوى مجنون (فالشباب شعبة من الجنون) و (الحب يعمى ويصم) . .هذا وقعه ، ولو ترك الهوى بغير ذمام سوف يقود إلى الضياع والإثم . .

وذلك المجتمع الغربى ما هو عنا ببعيد ، لقد نقل الفتاة من حضن إلى حضن ، لأن الهوى متقلب سرعان ما يهوى وسرعان ما يحل الاتصال الدؤوب ، إنه مجتمع فقد زمام وجوده وانتهت الأسرة فيه ، وانتهت الحياة الأصيلة فيه ، اختلطت أنسابه وضاعت قيمه ، وانهارت كرامته ، إنه الفرق بين النظافة والتلوث ، الفرق بين الفوضى والنظام ، الفرق بين حياة البهائم وحياة الإنسان والفرق بين الإرادة والانهيار . .

منافذ الشيطان . .

* المجلة العارية التى تعرض الأجسام عارية ، وتلتهمها الفتاة صفحة صفحة ، وكلمة كلمة ، وصورة صورة ، ومنظراً منظراً . . إنما تلتهم حرقه قلب ، وإثارة حب ، والطريق مسدود من الله العليم الخبير لخائنة الأعين ، وما تخفى الصدور الذى يريد لعباده الطريق المأمونة . .

* والقصة العاطفية . تستهلك وقت وفكر الفتاة ، فكيف يكون الإرواء عن طريق الحرام ؟

تبقى الحرقة ، والإثارة ، والشيطان يدفع ويدفع للعار والنار .

* والفيلم العاطفى الذى يسحر العيون ، ويبهر الأنظار ، ويفتك بالفؤاد وتريد الفتاة التى استشاطت أن تطفىء حرقتها ، وأين ؟

فى العار والنار ، أو تبقى فى الأتون ملتهبة ، فلا تبقى على بيت ، ولا تبقى على مسئولية ، ولا تبقى على أهل ، بل تبقى هائمة على وجهها ، والشيطان يدفع إلى العار والنار .

* وأولئك كتبة المجلة الخليعة ، وصانعوا القصة العاطفية والفيلم الجنسى ، أولئك يكفى وصف الله لهم :

﴿ إن الذين يحبون أن تشيع الفاحشة فى الذين آمنوا لهم عذاب أليم فى الدنيا والآخرة والله يعلم وأنتم لا تعلمون ﴾ [النور : ١٦]

وبعد بنيتى . .

أترين ما تشعرين به حُبًّا !!

أم عاطفة مشبوبة يحكمها هوى ، وشيطان ؟!!

إن هذه العاطفة لا يصح أن تضيع هباءً وسدى . .

بل ادخريها لمنافذها المشروعة . . ولننظر فى حكمة الحب . .

إن الحب امتحان قاس مرير لسلوك الإنسان . . هذا الامتحان يتجسد فى المسلك الذى يسلكه الحب فى الحياة . . هل سيسلك فى حبه مسلكاً شريفاً عالياً أم مسلكاً دنيئًا هابطاً ؟ . .

هل يغالى فى حبه أم يعتدل ؟

هل ينضبط فى انجذابه لمحبوبه أم يتفلت ؟

كل ذلك سوف يعلم بعد أن يجتاز مرحلة الامتحان . .

ومنها :

أن ظاهرة الحب المتأصلة فى الإنسان من أكبر البواعث فى عمارة الكون وتشييد معالم الحضارة ، وانتظام شئون الحياة .

لولا الحب لما اندفع أبناء الحياة فى الحياة لتحقيق غاياتهم ولما بنوا فى عصور التاريخ أمجاداً ولا حضارة ولما حققوا فى الواقع كياناً ولا عزة . .

لولا ظاهرة الحب لما كان فى الكون حركة ولا إبداع ولا عمران ولا مدنية . .

ومن هذه الحكم أن ظاهرة الحب عامل أساسى فى استمرار الوجود البشرى والتعارف الإنسانى والاستفادة من حضارة الأمم ، والتعرف على حقائق العلم فى الكون والحياة والإنسان . .

ومن هذه الحكم ـ أن ظاهرة الحب إن أحسن توجيهها والاستفادة منها ـ من أقوى الروابط فى تماسك الأسرة وحب المجتمع وتآلف أبناء الحياة ورفع ألوية الأمن والاستقرار والسلام وربوع الأرض ، وزرع بذور الرحمة والمحبة ، والمودة فى أنحاء المعمورة . .

ومنها . . ظاهرة المحبة الإيمانية إذا خالطت بشاشتها القلوب فإنها تصنع العجائب ، وتحول مجرى التاريخ ، وتشيد فى العالم صرح العزة والكرامة . .



ماذا أعمل ؟

أية مهنة أمتهنها ؟!!

عمل الفتـاة

بهدوء !!

لا يختلف اثنان ــ إلا إذا كان أحدهما معتوهاً فى أن رسالة الفتاة ــ المرأة فيما بعد ــ هى البيت والأمومة . .

ونحن لا نختلف فى أن هذه الفتاة ــ المرأة فيما بعد ــ أُمّاً وربة بيت متعلمة . .مثقفة . . واعية . .

أى ربة بيت من الطراز الرفيع . .

ولكن !!

القضية فى أننا نربط بين تَعَلّم الفَتاة ، وعملها فيقال :

طالما تعلمت الفتاة فلابد أن تعمل وإلا ما فائدة الشهادات العلمية التى تحصلت عليها الفتاة . .

وهل تتركها الفتاة ــ أى الشهادات ــ للزينة تتأرجح على جدران المنزل ؟!!

والجواب :

إن تعليم الفتاة يجب أن تصب روافده فى بيتها فهى تتعلم . . أولاً: لتكون فتاة ــ عالمة فاهمة مثقفة واعية . . ولابد لكل مسلم ومسلمة أن تكون لهما ثقافتهما الواسعة ، وعملهما الوافر عن أى طريق . .

قراءة . . سماعاً . . وتلقياً . .

« فالحكمة ضالة المؤمن فحيث وجدها فهو أحق بها » [1].

ويجب أن تكون هذه القراءة هادفة شاملة . . ليكتسب المسلم وتكتسب المسلمة مهارة ، وفناً وعلماً . .

ثانياً : لتكون هذه الفتاة فيما بعد زوجة صالحة تسر زوجها ، وتعينه

(١) رواه الترمذى .

على نوائب الدهر ، وتشاركه سراءه وضراءه . . وتكون خير مثال للزوجة المسلمة التى أرادها الله ورسوله ﷺ . . عالمة . . عاملة بهذا العلم التزاماً وسلوكاً ومنهجاً . .

ثالثاً : لتكون أمًّا جَامعةً لكل المعارف التى تمكنها من تربية أطفال صالحين لمجتمع ينشد الرفعة والنهضة ونشر الدين وحمايته . .

رابعاً : لتكون عنصراً هاماً فى تشكيل المجتمع المسلم فهى أمٌّ ، وزوجة ، وأخت ، وجارة . .

فالعلم . .

يشكل شخصية الفتاة ، ويهذب طباعها ، ويصقل تجاربها ، ويسمو بفكرها ، ويوسع آفاقها وقدراتها ويزيدها إيماناً بالله العظيم . .

إذن فلا بأس أبداً أن تتعلم الفتاة ، ولكن أى علم ؟!!

إن ديننا لا يحتاج إلى عالمة فى الكيمياء وهى أبعد النساء عن ربها وشرعه وسلوكيات دينه . .

لكننا نحتاج إلى فتاة عالمة بدينها فرائضاً وحدوداً . .

عالمة بالمهارات المنزلية . . بيتاً ومطبخاً . . عالمة بعلوم الأطفال التى تمكنها من فهم شخصية الطفل من مهده إلى مبلغه مبلغ الرجال..

عارفة بعلوم التربية والسلوك والمجتمع وإنه لمن المؤسف أن نرى أن تعليم البنت فى بلادنا يتساوى تماماً مع التعليم الذى يتلقاه الفتى دون احترام لشخصية كل منهما وتكوينه الفسيولوجى . .

ودعونا نناقش خروج الفتاة للعمل . .

إن كنا لا ننكر حقها فى العمل فى حدوده وضوابطه الشرعية ومتطلبات المجتمع . .

ونؤكد على هذه النقطة . . عمل المرأة له ضوابطه ودواعيه . .

ولقد قص علينا القرآن الكريم قصة الفتاتين اللتين خرجتا للعمل .. وحكايتهما مع سيدنا موسى عليه السلام . .

وهى قصة نفهم منها ـ أن هناك ضرورة دفعت بهما للعمل . . فى وقت ليس أمامهما إلا ذلك للتكسب وطلب الرزق . .

وهذه الضرورة هى :

﴿ وأبونا شيخ كبير ﴾ [القصص : ٢٣]

أى لا يقدر على العمل ، والخروج وطلب الرزق ومع هذا :

فحين خَرَجَتْ الفتَاتان للعمل التزمتا جانب الحشمة والعفة والأدب ، وعدم مزاحمة الرجال فى المناكب فى الطرقات والمواصلات والمحال العامة . .

﴿ قالتا لا نسقى حتى يصدر الدعاء ﴾ [القصص : ٢٣]

هذه حالة من حالتين يمكن للفتاة أن تخرج فيها من بيتها ، بالضوابط الشرعية ـ الحجاب ، والتزام آداب الطريق ، والحرص على عدم مزاحمة الرجال فى الشوارع والمواصلات وهذه الحالة هى عندما لا تجد عائلاً يوفر لها ولأسرتها لقمة عيش شريفة . .

أما الحالة الثانية :

فهى حالة ضرورية للمجتمع المسلم . .

عندما لا نجد فى المجتمع طبيبة ترعى النساء . .

وممرضة تقوم على تمريض النساء . .

ومُدَرِّسة فى مدارس الفتيات وغير ذلك مما يناسب أنوثة المرأة ، ويحفظ عليها كرامتها ، وعفتها ، ودينها ، وشرفها .

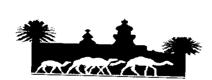
وهل هناك من النساء من هن أفضل من السيدة عائشة رضى الله عنها ؟!!

إنها كانت معلّمة . . تلقى العلم على يديها عدد كبير من صحابة رسول الله ﷺ ، ومن التابعين رضوان الله عليهم . .

وكانت السيدة أم عمارة نسيبة بنت كعب الأنصارية محاربة شجاعة ، وطبيبة ماهرة . .

وكانت السيدة سكينة رضى الله عنها بنت الحسين بن على تلقى العلم فى حلقاته . . من وراء ستار . .

بل ورد أن الإمام الشافعى رضى الله عنه كان يجلس فى حلقتها لتلقى العلم . .



حسْبة بسيطة

فى دراسة أعدتها مجلة الأمة القطرية جاء فيها [1] :

تعالى نقف عند نفقات المرأة ومصروفاتها بعد أن تدخل ميدان العمل . .

ودعينا نفترض أنها تتقاضى راتبا شهرياً نسبته ١٠٠ ٪ فإنها رغماً عنها ستوزعه على التالى :

حاضنة للأطفال أو خادمة للبيت فى حدود٢٠ ٪ من راتبها

مواصلات ومأكولات خارج البيت فى حدود ١٠ ٪ من راتبها .

قلة تدبير وإدارة (لضيق الوقت) فى حدود ٢٠ ٪ منرابتها على الأقل .

ملابس إضافية ضرورية للعمل فى حدود ٢٠ ٪ من راتبها على الأقل .

وهذا يعنى أن ما يتبقى للمرأة العاملة من راتبها الشهرى فى حدود ٣٠ ٪ تقريباً . .

فهل لهذا الـ ٣٠ ٪ أن تتناسب مع ما يفتقده أطفالك من العطف والحنان ورعايتك لهم ؟!

أو مع ضياع بيتك وإهماله فى كثير من الأحيان . .

أو مع بعدك الحسى والمعنوى عن زوجك وأسرتك ؟

ألا تعتقدين أن مجرد خروجك من البيت يرهق أعصابك ويجلب لك متاعب خاصة تعبرين عنها ضيقاً واضطراباً ؟

ألا يفقدك هذا أهم وأنبل ميزة منحك الله إياها بأن تكونى « سكنا لزوجك » ؟

ألا تعتقدين أن هذا المعنى الرائع ـ إذا فقدته الأسرة . . خاصة الزوج ـ فقدت كل شىء معه ؟

---

(١) مجلة الأمة القطرية العدد الثلاثون ٨٤ ـ ٨٥

وأن فقدان « السكن » ما هو إلا بداية النهاية وتمضى صاحبة الدراسة[1] قائلة ؟ .

أختى . .

ألا يمكنك تحقيق هذه الـ ٣٠٪ بعمل آخر داخل البيت مثل الخياطة ، والحياكة مثلاً . .

ماذا لو أن كل امرأة اعتمدت عليها أسرتها فى هذه النواحى وكم يتوفر بذلك من دخل الرجل . .

إن قضية اقتصاد البيت . . قضية مفتعلة هدفها الأساسى إقحام المرأة المسلمة فى كل مكان ومجال . . بحجة مشاركة الرجل أعباء الحياة .. وماهى بمشاركة . .

إنها مزاحمة ومصارعة . . فكم من الشباب الجامعى يتيه حيران لا يجد فرصة للعمل ..

لقد سبقته الفتيات وأخذن منه حقه ، بامتيازاتهن المعروفة !!

كثيرون فى عالمنا الإسلامى يتخذون مزاحمة المرأة للرجل فى ميدان العمل مقياساً حضارياً ، وتتحمل وسائل الإعلام المسئولية الكبرى فى الترويج لهذا المقياس والتبجح بأن المرأة تشارك الرجل ـ جنباً إلى جنب ـ فى عدة مجالات . .

وليت إعلامنا قام بإجراء دراسة شاملة وسط نسائنا العاملات لمعرفة مردودهن الاقتصادى على الأسرة والمجتمع عندها سيعرف الجميع مدى فاعلية خروج المرأة للعمل وعندها فقط يكون القرار النهائى[2] .

ويمكن أن نتصور حال أمة نساؤها فى الشوارع والمكاتب وأطفالها فى دور الحضانة والملاجىء ، أتكون أحسن حالاً من أمة نساؤها

---

(١) السيدة أم حسان الحلو . . فى باب الأسرة المسلمة ، مجلة الأمة القطرية عدد ٣٠ / ٨٤ ـ ٨٥

(٢) انتهت الدراسة التى أعدتها مجلة الأمة القطرية العدد الثلاثون ، ٨٤ ـ ٨٥

أمهات ، وربات بيوت والأطفال فيها يتربون فى حضانة أمهاتهم ، والأسرة فيها متكاملة الخدمات ، ومع ذلك فالإسلام لم يمنع المقتضيات التى تدعو إلى خروج المرأة وعملها . . ولقد كانت النساء فى الإسلام شاعرات وفقيهات[1] .

وإليك رأى الاقتصاديين أيضاً فى هذا الشأن زيادة فى الإقناع وبسطاً للحجة . .

يقول الدكتور حسين شحاتة أستاذ المحاسبة بكلية التجارة جامعة الأزهر . .

يرى الاقتصاد الإسلامى أن قيام السيدة فى بيتها على رعاية زوجها وأولادها هو عين التنمية الاقتصادية التى تقوم على الرجل الذى يعمل وينتج ، وعلى الأولاد الذين سيكونون فى المستقبل من عوامل الإنتاج أما إذا كان الزوج فى بيته متعباً فسيكون فى عمله متعباً وغير منتج وإذا كان الأولاد مهملين فلن يتوقع منهم فى المستقبل إنتاج متميز . .

ويقولون : وراء كل رجل عظيم امرأة . .

ونقول وراء كل رجل منتج امرأة . .

ولا يعنى هذا أن الإسلام يحرم على المرأة العمل ففى بعض الأحيان تسهم المرأة فى التنمية الاقتصادية فى مجالات عمل لا يستطيع الرجل أن يقوم بها . .

وهناك نقطة هامة هى أن المرأة المدبرة الرشيدة الواعية المقتصدة غير المسرفة . . الملتزمة المنضبطة غير المفرطة هى أساس من أساسيات التنمية الاقتصادية . .

---

(١) تحقيق نشرته مجلة لواء الإسلام فى عددها ٣ / السنة ٤٨ تحت عنوان حقوق المرأة فى الإسلام .

فلا تتحقق التنمية الاقتصادية بالإسراف والتبذير ، والإنفاق غير المنضبط . .

فالمرأة المسلمة المقتصدة فى بيتها والراعية فى مال زوجها هى ركيزة التنمية الاقتصادية . .

وكم من الأموال تهدر ولا تستغل بسبب الضياع الاقتصادى فى البيت والفساد الاقتصادى فى المجتمع . .

ويضيف الدكتور حسين شحاتة قائلاً :

القول بأن المرأة طاقة معطلة لا أساس له فى الإسلام . . فيمكن للمرأة أن تحول بيتها إلى ورشة إنتاجية : بأن تصنع فى وقت فراغها ما يحتاجه البيت ومجتمعها . .

وقد كانت المرأة فى عهد رسول الله ﷺ تمسك المغزل وفى هذا إشارة إلى صناعة الغزل والنسيج ، وتحيك الملابس وفى هذا الإشارة إلى صناعة الملابس الجاهزة ، وتمسك الرحى كما كانت فاطمة بنت الرسول ﷺ تصنع وفى هذا إشارة إلى تجهيز حاجيات البيت ، وكانت تمشط الفرس وتسقيه وترعاه . .

وكانت تعسف النخل ، وهذا ما نحتاجه من المرأة المسلمة المعاصرة..

أن تحول بيتها إلى خلية إنتاج . .

فلقد نجح اليابانيون عندما اهتموا بالصناعات الخفيفة الصغيرة داخل البيت . .

وهذا أمر كان للإسلام فضل السبق فيه ويستطرد الدكتور حسين قائلاً :

إنَّ لى مؤلفاً فى هذا الصدد بعنوان :

(اقتصاد البيت المسلم فى ضوء الشريعة) . .

أبرزت فيه دور المرأة فى التنمية الاقتصادية فى فصل خاص بذلك وكانت نتيجة الدراسة الميدانية التى أجريتها :

أن المرأة التى تخرج من بيتها تنفق من دخلها ٤٠٪ على المظهر والمواصلات . .

والمرأة التى تظل فى بيتها توفر تكلفة الطعام والشراب ما لا يقل عن ٣٠٪

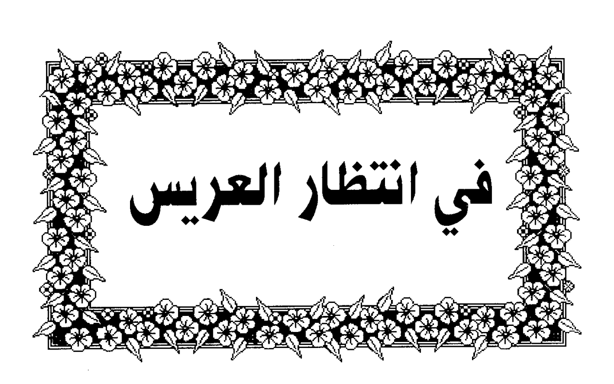
إذن المرأة التى تمكث فى البيت توفر ما لا يقل عن ٧٠٪ من الدخل الذى كان يمكن أن تحصل عليه . .

فـ (ست البيت) أكثر توفيراً ورعاية لأولادها . . لأننا عندما نحسب فرق تكلفة الطعام الجاهز الذى ستعده وتكاليف خروجها من مواصلات وملبس نجد أنها تحقق دخلا ٣٠٪ فقط[1] .



---

(١) المصدر السابق .



في انتظار العريس

جـالى عريس

حفل خطوبتى يوم الخميس القادم . .

أنا مخطوبة . .

فسخت خطوبتى . .

جالى عريس تانى ورفضته . .

خالتى جاية عريس . .

سوسو جالها عريس . .

صفاء مخطوبة . .

إيمان جالها عريس . .

جيهان جالها عريس . .

وأنا للآن . . لم يطرق بابى عريس . .

هكذا أخذت « الفتاة » تحدث نفسها . .

وتقول . . كل زميلاتى طرق بابهن العريس إلا أنا . .

أترانى لست أهلاً للعريس . . لم ؟!!

فأنا جميلة . . ومتعـــلمة . . وســـت بيت . . فلِمَ لم يطرق بابى « العريس » . .

وأقول لك . .

لماذا هذا القنوط من رحمة الله . .

وكيف تفهمين هذا الأمر ؟

لابد وأن تفهمى الأمر على حقيقته . .

فمسألة الخطوبة والزواج من الأمور القدرية التى هى فى علم الله عز وجل . .

فعلام القلق ؟ ولم هذا اليأس الغالب على نبرات صوتك وهذا الأمر من رزق الله المخبوء فى غيبه . .

قال تعالى :

﴿ وفى السماء رزقكم وما توعدون * فورب السماء والأرض إنه لحق مثل ما أنكم تنطقون ﴾ [الذاريات : ٢٢ _ ٢٣]

أبطأ قدوم العريس ؟!!

وماذا فى ذلك ؟!

أليس ذلك اختباراً من الله تعالى لك ، وابتلاء من الله ليعلم إن كنت من الصابرات . . أم من هذا الصنف الذى يقنط من رحمة الله ؟!!

قال تعالى :

﴿ ولنبلونكم حتى نعلم المجاهدين منكم والصابرين ونبلو أخباركم ﴾ [محمد ٣١]

ثم ما يدريك ؟!!

أليس تأخر العريس قد يكون من الخير الذى يخبئه الله تعالى لك ؟!

مَنْ يدريك . . لعل عدم زواجك حتى الآن فى مصلحتك تماماً ؟.

فالإنسان لا يعلم الغيب ، قد يكون الزواج الذى تنتظرينه يحمل فى طياته مشكلاتٍ لا حصر لها ولا مخرج منها . .

إذن فنحن جميعاً أمام قدر الله لا نملك إلا الصبر ، والصبر الجميل الذى لا يحمل الضجر ، والتأفف ، واليأس . .

وعليك يا فتاة الإسلام _ أن تثقى فى الله عز وجل ثقة اليقين _ والعلم بأنه سبحانه لا تأخذه سنة ولا نوم . .

وعلاج هذا الانتظار أن تشغلى نفسك بالطاعات ، والقربات إلى الله عز وجل . . والاستغفار ليل نهار . .

والاهتمام بأمور أخواتك من المسلمات . . ومشاركتهن أفراحهن ومشاكلهن . . وتقديم العون لهن . .

وتأملي حال الناس ، وما يحيط بهم من مشكلات وابتلاءات العباد لترى نعمة الله عليك وفضله ومنّته .

ومن ير حال غيره يهن عنده حاله . . ويشكر الله تعالى على ما منحه . .

فليكن صبرك جميل . . حتى يأتي فرج الله ثم تثبتي ممن يتقدم إليك من الخاطبين . .

وتحرى أن يكون ذا دين ، وخلق ، وسمعة طيبة . . ليحفظ عليك دينك ، وكرامتك . . ويتقى الله تعالى فيك . .





أنا مخطوبة

ها أنت قد أصبحت « مخطوبة » .

وقد طرق بابك خاطبٌ ارتضته الأسرة لك ، وارتضيتيه لنفسك . . وهو بحمد الله ذا خلق ، ودين وسمعة طيبة . .

ومن واجبى يا بنيتى أن أنبهك إلى أمر هام وذى حساسية !

فليس معنى أنه « خطيبك » أنه أصبح زوجك . . حلالك يرى منك ما يراه الزوج من زوجته . . ويحل له ما يحل للزوج .

لكن «الخاطب» يعتبر غريباً عنك حتى هذه اللحظة . .

فهو ليس زوجاً . . وبالتالى ، فأنت مأمورة أن تظهرى أمامه محتشمة بحجابك وزيك الإسلامى . .

ومحرمٌ عليكما الخلوة . . فالخلوة للأجنبى محرمة . .

« وما اجتمع رجل بامرأة إلا وكان الشيطان ثالثهما »[1] .

كما أنه لا يجوز لكما الخروج للنزهة إلا فى وجود محرم ويستحب عدم الخروج البتة ، حتى يقضى الله لكما بالزواج ساعتها ليهنأ كل منكما بصاحبه . .

أما ما نراه هذه الأيام من انفراد الخاطب بمخطوبته فحرام ولا تحمد عقباه . .

وكم من الجرائم ترتكب باسم (الخطبة) . .

وما نراه من التنزه فى الخلوات والرياض ، وغشيان دور السينما . . تحت حجة أننا مخطوبان فهذا من عبث الشيطان . .

بنيتى . .

﴿ وأما من خاف مقام ربه ونهى النفس عن الهوى * فإن الجنة هى المأوى ﴾ [النازعات ٤٠ ـ ٤١]

---

(١) أخرجه الحاكم فى المستدرك كتاب العلم ١ / ١١٤



أنا متعلمة
INSIDE WRITE
The News
NEWS
Times
Little Black Book

أنا متعلمـــة

بنيتي . .

لا جدال في أن الرجل رجلٌ والمرأة امرأةٌ !!

هذا ذكرٌ وتلك أنثى !!

تلك طبيعة الأشياء . .

الرجل رجلٌ له طبيعته وتكاليفه . .

والمرأة امرأة لها طبيعتها الأنثوية ولها تكاليفها . .

ولنطالع آيات القرآن الكريم . .

يقول الله تعالى للرجل :

﴿ هو الذى جعل لكم الأرض ذلولاً فامشوا فى مناكبها وكلوا من رزقه وإليه النشور ﴾ [الملك : ١٥]

فالسعى على المعاش . . والضرب فى الأرض لابتغاء الرزق هو من أخصّ خصائص الرجل . . لا مراء فى ذلك ولا جدال . .

وقال الله تعالى للرجل أيضاً فى معرض خطابه لآدم عليه السلام محذراً إياه من مطاوعة الشيطان . . ومشدداً على حرصه على عدم الخروج من الجنة حتى لا يصادف الشقاء والسعى والكد . . وكان الخطاب فى التحذير لآدم وحواء معاً للرجل والمرأة معاً :

﴿ ولقد عهدنا إلى آدم من قبل فنسى ولم نجد له عزماً ﴾ إلى قوله تعالى :

﴿ فقلنا يا آدم إن هذا عدو لك ولزوجك فلا يخرجنكما من الجنة فتشقى ﴾ [طه : ١١٥ _ ١١٧]

لاحظى الخطاب . . إن هذا عــدو لك ولزوجك . . أولاً : فــلا يخرجنكما من الجنة . . ثانياً : وحين أراد سبحانه أن يخبر بنتيجة خرق

هذا العهد . . كان الخطاب موجهاً لآدم لأنه سيتحمل أعباء السعى والكد .. فقال سبحانه :

﴿ **فتشقى** ﴾ . .

إذن فالسعى والشقاء ، وطلب الرزق . . من أخص خصائص الرجل ولذلك كان الخطاب للنساء . .

﴿ **وقرن فى بيوتكن ولا تبرجن تبرج الجاهلية الأولى وأقمن الصلاة وآتين الزكاة وأطعن الله ورسوله إنما يريد الله ليذهب عنكم الرجس أهل البيت ويطهركم تطهيراً * واذكرن ما يتلى فى بيوتكن من آيات الله والحكمة إن الله كان لطيفاً خبيراً** ﴾ [الأحزاب:٣٣-٣٤]

فالقاعدة أن الرجل يسعى . . والمرأة تقر فى البيت !!

ولكنها لن تكون جليسة البيت تندب حظها ، وتؤدى دوراً مرسوماً لها وكأنه روتين مضروبٌ عليها . .

بل هى رسالة العبادة . . والعلم . . . والتوجيه . .

ولقد تكررت فى الآية كلمة البيت ثلاث مرات إشارة إلى أن رسالة المرأة الهامة ، والحيوية ، والأساسية فى البيت . .

من هنا . . فإن نظام الإسلام فى النفقات جعل القوامة فيه للرجل.. يرعى الفتاة حتى وهى جنين فى بطن أمها إلى أن تلقى ربها . .

لتتهيأ الفتاة لدور أهم وأقوم لها . . وهو التفرغ التام للتربية فى البيت..

﴿ **وقرن فى بيوتكن ولا تبرجن تبرج الجاهلية الأولى وأقمن الصلاة وآتين الزكاة وأطعن الله ورسوله إنما يريد الله ليذهب عنكم الرجس أهل البيت ويطهركم تطهيراً** ﴾ [الأحزاب : ٣٣]

وقول الرسول ﷺ :

« خير نساءٍ ركبن الإبل صالح نساء قريش ، أحناهن على ولد ، وأرعاهن على زوج فى ذات يده »[1] .

« . . والمرأة راعية فى بيت زوجها ومسئولة عن رعيتها »[2] .

من هنا كان للفتاة أن تتعلم !!

ولكن أى علم تتعلمه . .

إننا كمسلمين لا نضنُّ على الفتاة بالتعلم . . حتى لا يفسرّ الأمر على نحو معكوس . . لأننا نؤمن إيمانا يقينياً جازماً بقول الرسول ﷺ :

« طلب العلم فريضةٌ على كل مسلم »[3] .

أى مسلم ومسلمة . .

والعلم المفروض فرض عين (أى على الرجل والمرأة أن تتعلمه هو ما حدده رسول الله ﷺ) :

« العلم ثلاثة ، فما وراء ذلك فضل :

آية مُحْكَمَة . . أو سُنَّة قائمة . . أو فريضة عادلة »[4] . .

ومعنى الآية المحكمة هى التى توضح الحلال والحرام فى الإسلام ، ومعنى السنة القائمة : السنة التى تفصل كتاب الله وتوضح مجمله ، ومعنى الفريضة العادلة : التى تعطى كل ذى حق حقه . .

وما وراء ذلك فضلٌ أى فرض كفاية إذا قام به البعض سقط عن الباقين ولا غناء للمسلمين عنه . .

---

(١) رواه البخارى . .

(٢) متفق عليه . .

(٣) رواه ابن ماجه عن أنس بن مالك .

(٤) رواه ابن ماجه عن عبد الله بن عمر .

ويقصد بذلك علوم الدنيا التى لا يستغنى عنها فى الدنيا . . مثل الطبّ . . والحساب . . وغير ذلك . . من علوم الدنيا . . ذلك على سبيل المثال لا الحصر . .

فماذا يريد الإسلام من المرأة أن تتعلم !!

الإسلام يريد من المرأة المسلمة أن تتربى وتتعرف منه على :

١ ـ أمور دينها . .

٢ ـ مسئوليتها فى بيتها . .

٣ ـ فن خدمة بيتها وزوجها . .

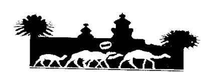
٤ ـ فن تربية أولادها . .

٥ ـ اطلاعها على مجتمعها بحيث تكون عارفة بتطوراته . . خبيرة باتجاهاته . .

تلك هى الأصول المرعية فى تعليم الفتاة بحيث تكون العلوم الإسلامية هى الأساس الذى ترتكز عليه فى فهم رسالتها ..

ويضع الأستاذ منير الغضبان فى بحثه أمام المؤتمر الأول العالمى للتعليم الإسلامى[1] .

تصوراً لما يجب أن يكون عليه تعليم الفتاة فى مراحل التعليم المختلفة . .



(١) مكة المكرمة فى الفترة من ١٢ ـ ٢٠ ربيع ثان ١٣٩٧ هـ / ٣٠ مارس ـ ١٨ إبريل ١٩٧٧

في المرحلة الابتدائية

المقصود فى هذه المرحلة تنمية وتكوين قدرات التلميذ على القراءة الجيدة وتكوين القدرة الحسابية البسيطة . . وتكوين خبرة علمية واجتماعية بالبيئة المحيطة بالطفل ، فالثقافة هنا للخبرة وتكوين القدرات..

ويؤكد الأستاذ العريان على أن القرآن الكريم وحده كاف لتكوين هذه القدرات والخبرات . . قائلاً :

لماذا لا يكون القرآن وحده محور العملية التربوية فى المرحلة الابتدائية ؟

إن الذين تخرجوا من كتاتيب القرآن فى الماضى ، والذين يدرسون اليوم فى مدارس تحفيظ القرآن لايضاهيهم فى القدرة اللغوية والكتابية خريجوا المدارس الابتدائية بكل تأكيد . .

فالقراءة الجيدة بدون لحن (خطأ) ، والكتابة المضبوطة بدون خطأ ، هى سمة ملازمة لتلاميذ كتاتيب القرآن ، ويتساويان بعدها فى القدرة الحسابية والخبرة التعليمية . .

ويسخر من طريقة حشو المناهج ، وإثقال كاهل التلميذ بعشرات المواد لماذا نهلك التلميذ فى عشر مواد ، وعشر دفاتر ، وعشر مقررات للحفظ ؟

أليس هذا من الطرائق التربوية المهترئة ؟

يمكن أن يكون القرآن وحده رفيق تلميذ الابتدائية بجانب كراسته وقلمه . .

حينما تكون الآيات من الليل والنهار والشمس والقمر يتلقى معلوماته الجغرافية . .

وحينما تكون الآيات عن قصص الأنبياء وقصص السيرة يتلقى معلوماته التاريخية . .

وحينما تكون الآيات عن الأنعام والنبات وقدرة الله فيها يتلقى معلوماته العلمية . .

وحينما تكون الآيات عن الصلاة والزكاة والحج والصدق والأمانة يتلقى معلوماته الدينية . .

أما معلوماته اللغوية فمن خلال الآيات السابقة كلها . .

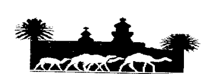
أما القدرة اللغوية . . قدرة القراءة والكتابة ، ففى بداية الطريق يتم تعرفه على الحرف وكتابته . .

والقدرة الحسابية يمكن أن يفرد لها حصة يومية ، فلابد له منها ليفهم معنى أنصبة الزكاة ، ومعنى أنصبة المواريث وغيرها . .

القرآن وحده يحقق هذه الأمور جميعاً ، وهى كلها جزء من أهدافه ، ولا نريد مزاحماً للقرآن أبداً مهما كان الكتاب . .

ونريد هدفاً آخر أكبر من هذا الهدف . .

هو حفظ القرآن من خلال هذه المرحلة . . إن هذه المرحلة التى تمتد من السادسة للثانية عشرة هى السن المناسبة للتدريب على الذاكرة ، فالذاكرة فى هذه المرحلة شعلة متوهجة هى أقدر ما تكون على الحفظ والاستظهار ، وما يحفظ قلما يتم نسيانه . .

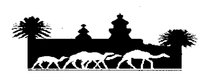


المؤامرة علي الفتاة والفتي في المرحلة الابتدائية

كانت الجريمة الكبرى هى صرف التلاميذ عن كتاب الله ، والقرآن الكريم ، فتم شغل التلاميذ بكم هائل من الكتب ، والواجبات المدرسية تحت دعوى العلم . .

ولكن الغرض من وراء ذلك كان صرف الطلاب عن القرآن الكريم . . ونجحت المؤامرة . .

فتخرج تلاميذ المرحلة الابتدائية فقراء فى الخبرات اللغوية ـ قراءة وكتابة ، ووصل بهم هذا الفقر إلى مرحلة الجامعة . . فنجدهم يخطئون فى القراءة والكتابة كأنهم لم يتعلموا . .



المرحلة المتوسطة (الإعدادية)(*)

وهى مرحلة يجب أن يتم التركيز فيها على العلوم الإسلامية التى عدها رسول الله ﷺ فرض عين . .

وهى مرحلة تعلم كتاب الله والحكمة ، مرحلة تعلم العبادات وأحكامها . .

مرحلة الاتصال بعلم التفسير وعلم الحديث وعلم الفقه وعلم التوحيد . .

ومرحلة الاتصال بالثقافة الإسلامية ، ومرحلة التعرف على التاريخ الإسلامى وجغرافية الأمة المسلمة . .

يستوى فى ذلك الفتى والفتاة ، فالقرآن الكريم قدم لنا نموذجاً مما تشترك فيه المرأة والرجل فى مجال العبادة فى عشر فقرات :

قال تعالى :

﴿ إن المسلمين والمسلمات والمؤمنين والمؤمنات والقانتين والقانتات والصادقين والصادقات والصابرين والصابرات والخاشعين والخاشعات والمتصدقين والمتصدقات والصائمين والصائمات والحافظين فروجهم والحافظات والذاكرين الله كثيراً والذاكرات أعد الله لهم مغفرة وأجراً عظيماً ﴾ [الأحزاب : ٣٥]

لما تؤكد الآية التى تليها التساوى فى طاعة الله ورسوله للمرأة والرجل :

﴿ وما كان لمؤمن ولا مؤمنة إذا قضى الله ورسوله أمراً أن يكون لهم الخيرة من أمرهم ومن يعص الله ورسوله فقد ضل ضلالاً مبيناً ﴾ [الأحزاب : ٣٦]

---

(١) استفدنا استفادة تامة من ابحث القيم الذى قدمه الأستاذ العريان فى مؤتمر مكة للتعليم الإسلامى عام ١٩٧٧ م .

بالإضافة إلى هذا :

فإنه بينما تتعمق الفتاة فى العلوم الإسلامية التى تركز فهمها لدينها ولعبادتها ، ولآيات الله المنبثة فى الكون ، وللحكمة المنبثقة من الحديث وفقهه ، والعلوم اللغوية كذلك فإن الفتاة تتلقى العلوم الأخرى كالرياضيات والعلوم . .

وعموماً . .

فإن المرحلة الابتدائية لا تحتاج إلى اختلاف فى مناهجها للبنين والبنات والمرحلة المتوسطة يمكن أن تتوحد بين البنين والبنات من حيث المنهج العام . .

فلاشك أن المواضيع تختلف سعة وضيقاً وتركيزاً . . ومروراً عابراً من الفتاة للفتى إضافة إلى بعض المواضيع الخاصة بالفتاة ، وبعض المواضيع الخاصة بالفتى كذلك .



المرحلة الثانوية

هذه المرحلة تعتبر مرحلة النضج العلمى ، والوقوف على جوانب متعددة من جوانب العلوم التى تتلقاها الفتاة . .

فلابد أن تتعلم الفتاة من المواد ما يؤهلها لدورها المنوط بها بحيث لو تزوجت الفتاة فى هذه السن لكانت فتاة مثالية بكل المقاييس الإسلامية المطلوبة من بنت الإسلام . .

ويقترح المربون أن تكون المواد الأساسية التى تتلقاها الفتاة فى هذه المرحلة . . هى :

* **الثقافة الإسلامية** :

وتكون فيها الآيات التى عالجت رسالة المرأة مثل :

صدر سورة النساء ، وسور النور ، والأحزاب ، والتحريم ، والطلاق ، وكذلك الأحاديث الواردة فى هذا الموضوع ، والأحكام الفقهية كذلك .

* المواد النسوية ومواد التربية الفنية .

* المواد التربوية وعلم نفس الطفل . . مع مراعاة أن تكون منطلقة انطلاقاً تاماً من المفاهيم الإسلامية .

* اللغة العربية فى كتاب واحد يجمع الأمور الضرورية فى النحو والأدب ولابد من الإشارة إلى أن التخصص العلمى يركز فيه على علم الأحياء وفروعه بشكل تفصيلى . . بينما تكون المواد العلمية الأخرى كفروع الهندسة والجبر والفيزياء والكيمياء منبسطة جداً ، لبعد ذلك عن حياتها العملية . . إن لم نقل بإمكان الاستغناء نهائياً عنها . .

وما عدا هذه المواد الرئيسية فيكون التعمق والتخصص فى كل فرع على حدة . .

الفرع الأدبى . . ومواده اللغوية والاجتماعية . .

الفرع العلمى . . ومواده الحسابية ، وعلوم الأحياء ، والأدوية .

الفرع الدينى . . ومواده فى الفقه والحديث والتفسير[1] .

ذلك تصور رائع لما تكون عليه الفتاة المسلمة علماً وتعلماً فى تلك المراحل الخطيرة من حياة الفتاة المسلمة ولم لا ؟

ما دمنا نريد فتيات مسلمات على مستوىً يحقق للإسلام رفعته ومجده الغابر . . عن طريق أمهات يقدن مسيرة الإسلام عبر تربية أجيال مسلمة بوعى وعلم ، وثقافة ، وأفق واسع . . فتاة على مستوى عائشة رضى الله عنها . . التى كانت أعلم أهل الأرض بعد رسول الله ﷺ . . بالحديث والفقه . . وحازت إلى جانب ذلك علماً بالشعر والطب . . كما حدث بذلك ابن اختها عروة بن الزبير قال :

« ما رأيت أحداً أعلم بشعر ولا بفقه ولا بطب من عائشة » .

وعلى مستوى . . ذات النطاقين « أسماء بنت أبى بكر » . .

أو تلك المرأة التى استشهد أبناؤها الثلاثة فى واقعة تستر . .

فلما قال لها القائل : إنهم استشهدوا فقالت :

(مقبلين أو مدبرين ؟) . .

فقال : مقبلين . .

قالت (الحمد لله نالوا الفوز ، وحاطوا الذمار بنفسى هم وأبى وأمى)[2] .

فمن يعيد للإسلام هذه الروح الغائبة ، وتلك الفتيات اللاتى صرن أمهاتٍ يعقبن الأبطال ، وتدعهن إلى الدنيا أسوداً كواسر ؟!!

---

(١) المصدر السابق .

(٢) (المنحة المحمدية فى بيان العقائد السلفية) الشيخ محمد بن أحمد بن عبد السلام خضر / ٢١١

فإذا بدأ التلميذ حياته بالاختلاط فيترسب فى ذهنه أن هذا الاختلاط من الأشياء الطبيعية فى حياته . .

فيقيم صداقات كما يهوى مع صديقه أو صديقته ، ويحيا معها حياة مشتركة . .

ويظل هكذا حتى يدخل فى سن المراهقة ، وتتفتح مشاعره الجنسية، فيحس عند انتهاء اختلاطه بزميلته وصديقته أنه فقد عزيزاً عليه ويتولد عنده الحنين إلى هذه الصديقة التى كانت فى حياته . .

ويود لو اتصل هذا الود ، وتتابعت هذه الصلة دون قيد . . فتضطرب مشاعره ، وينقلب مزاجه . .

والخطأ عندنا . . إذ أننا عودنا الطفل منذ نعومة أظفاره على الاختلاط ، وزرعناه فى كيانه ، ثم نريد أن ننزعه منه ؟

فالاختلاط إذن منذ الطفولة أمرٌ خطير ، وأمر ليس له مبرر إلا إفساد الجيل . . وتقليد أعمى لأعداء الله . .

﴿ ويريد الذين يتبعون الشهوات أن يميلوا ميلاً عظيماً ﴾

[النساء : ٢٧]



الاختلاط خطر منذر

محاولات هدم المرأة قديمة قدم العداء بين أعداء الإسلام والإسلام..

وإفساد الفطرة المسلمة عمل رسالى عند هؤلاء الأعداء . .

لذلك وضعوا أعينهم على الطفل المسلم ذكراً كان أم أنثى منذ الطفولة المبكرة . .

فقبل أن يجعلوا نظام التعليم موحداً بين الفتى والفتاة ..

كان الاختلاط بين الأطفال هدفاً مقصوداً وعملاً يستهدفون من ورائه قتل البراءة فى نفوس أطفالنا . .

ولعلنا نشير إلى أن الادعاء أن الأطفال أصحاب براءة وكل مشاعرهم بعيدة عن الجنس . . فيكون هذا مدعاة لاختلاط الطفل والطفلة إنما يكون ادعاء باطلاً . . ليس عليه دليل . .

وببساطة فإن سن التمييز عند الأطفال يبدأ فى السادسة فيبدأ التلميذ يعى ما حوله . .

ولعلى أكون منصفاً . . منتصراً لدينى حين أُذَكِّر المربين وأولى الأمر بقول الرسول ﷺ :

« مروا أولادكم بالصلاة أولاد سبع ، واضربوهم عليها أولاد عشر ، وفرقوا بينهم فى المضاجع »[1] .

فمن لى بمُدَرِّسة تربوية تلك التى تتعشق هذا التقسيم النبوى وتنتصر له . .

إن الطفولة فى سن التمييز مأمورة بالتعود على الصلاة بل ومقسورة عليها فى سن العاشرة . .

---

(١) رواه أبو داود ، كتاب الصلاة رقم ٤٩٥ ، ٤٩٦

ولأن الاختلاط فى هذا السن يشكل تكويناً غير سوى للأطفال . .

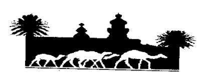
فالتفريق بين النوعين فى المضاجع هو من الأمور التربوية النفسية التى لا يلتفت إليها كثير من المربين وصلى الله على سيدنا محمد الذى علم البشرية . . هذا بالنسبة للفتى . .

وبالنسبة للفتاة . . فمن المعروف لدى علماء النفس ، وعلماء التربية وعلماء وظائف الأعضاء . . أن سن النضج الجنسى للفتاة يسبق سن النضوج عند الفتى !![1]

فكيف يكون الحال عند الطالبات فى الثانية عشرة ، أو الثالثة عشرة من عمرهن وبلغن نضجهن الجنسى . . ثم يجلسن على مقعد واحد مع زملائهن ، وقد اكتملت أنوثة الفتاة ، وبرزت مفاتنها فما مبررات هذا الاختلاط إن لم تكن الدعوى إلى ضرب الفطرة السليمة للفتاة فى مقتل . . وخلق جيل مقطوع الصلة واهى الرباط بالإسلام وشرعه . .

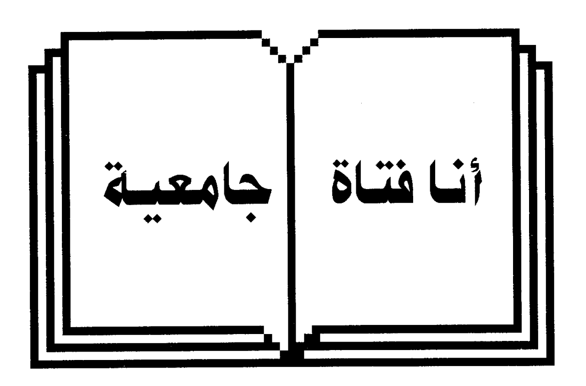
وضربة على أقفية دعاة الاختلاط . . أن الغرب نفسه قد مل هذه الدعوى وأصبح يرفضها . .

ففى الإحصائية التى وردت فى الموسوعة الجغرافية الأمريكية أن فى أمريكا ١٠٨ جامعة وكلية أمريكية غير مختلطة منها ٧٩ جامعة وكلية للبنات فقط و٢٧ كلية وجامعة للفتيان .



(١) أ . محمد سعد الكيلانى . . (بحث قيم فى هذه المسألة) .

(٢) مجلة المجتمع الكويتية العدد ١٧٠


أنا فتاة جامعيـة

أنا فتاة جامعيــة

تَدُقُّ أجراسُ الجامعة . .

دقاتها متتابعة . .

رنينها يقع فى القلب فيزداد رجفه . .

الجامعة !!

اسم مهيب . . قشيب . . عميق كأنه يغوص فى أعماق التاريخ ، والمعرفة ، والعلم . .

الجامعة . .

صرحٌ شامخ ، عتيد ، عريق ، عتيق . .

هى عتبةٌ بين دارين . .

دار الطفولة والصبا . .

ودار النضــوج ، والتـألق ، والعلم والمعـرفـة وأنت الآن ـ يا فـتـاتى تخطين خطواتك الرتيبة الوثيرة على عتبات الجامعة . .

فمرحبا بك فى ساحة الجامعة . . .

بداية . .

فـلا حق عند هؤلاء الذين ينادون بحرمـان الفـتـاة من التـعليم فى الجامعة !!

فتلك دعوة هدامة الغرض منها أولاً وأخيراً أن تتسع الساحة أمام غير المسلمات وأمام الفتيات المتبرجات الحاملات لكثير من الأفكار الغربية الدخيلة على ديننا . .

وهذه النوعـيـة من الحـاسـرات المتنكرات لآداب دينهن . . يخـرجن للدراسة ويلتحقن بالجامعـات . . ثـم يتـخـرجن مـدرسات وطبيبـات أو مـديرات مـدارس خـاصـة فى مـدارس البنات . . ثم ينشـرن فى مـجـال

أعمالهن ما يحلو لهن من أفكار وعادات خبيثة تتنافى مع قيم الإسلام ومبادئه شكلاً ومضموناً . .

وتلك قضيةٌ مهمة ، فالجامعة ثغر من الثغور التى يجب أن تكون فيه للفتاة المسلمة دوراً حيوياً . . حتى لا نترك هذه الساحة نهباً لأصحاب الأفكار المختلة ، والسياسات المنحرفة ، والعقائد الهدامة . .

والجامعة جبهة من الجبهات التى تجد فيها الفتاة المسلمة منافسة خطيرة ، وحرباً ضروساً . .

بمعنى أنها مكان الخطر على الفتاة المسلمة خطر النار على الهشيم . . وخطر السيول على الأبنية . .

وإذا كنا ندعوا الفتاة المسلمة إلى ولوج هذا المعترك الزاخر بالحركة والنشاط . .

فإنا ندعوها أيضاً إلى دخوله باسم الله ، سلاحها إيمان قوى . . وثقافة إسلامية متينة ، وثقة شديدة بنفسها واعتزاز واضح بدينها ، وزيها ، وسمتها . .

وإلا فلترتقب هلاكاً ، وضياعاً ، وذوباناً فى محيط أعداء الله ودينه..

واعلمى أيتها الفتاة الكريمة . . أن الرسول ﷺ قال :

« خيركم من طال عمره وحسن عمله »[1] . .

وحسن العمل لديك باختيار مجال الدراسة المناسب والكلية المناسبة مع مراعاة اليقظة والحذر من كل ما هو دخيل على ديننا . .

وتمسكى بالأدب الإسلامى . . . فى الحركة والمشية . . واللباس الإسلامى . .

فأعداء الإسلام يتربصون بك ، ويقعدون لك فى كل طريق ويجب

---

(١) رواه الترمذى رقم ٢٣٣ وقال حسن غريب ، ورقم ٢٣٣١ وقال حسن صحيح .

أن تخلصى النية لله تعالى عند الالتحاق بالجامعة . . وتذكرى أن ما فعلتيه إلا ابتغاء وجه الله ومرضاته .. واتخذيها فرصة للدعوة إلى الله سبحانه . .

ولأن يهدى الله بك واحدة من بنات جنسك إلى طريق الله خير لك من الدنيا وما فيها . .

فواجبك إذن أن تقومى بالدعوة إلى الله تعالى . . بين زميلاتك من الفتيات المسلمات . .

ونكرر . .

إن مبدأ عدم الاختلاط من الأمور التى يجب أن تتمسك بها الفتاة فى دينها . .

مع غض البصر عن كل المحارم التى حرمها الله تعالى . . وإلا فإن سيئاتك باستحلال النظر إلى ما حرم الله تعالى سوف تأكل حسناتك بالدعوة إلى الله . .

وفى النهاية أعتقد أنا قد أفضنا فى الشرح لمتطلبات الفتاة المسلمة وخاصيتها المتفردة فى التعليم وفى العمل . .

ويجب أن تعلمى أيتها الفتاة المسلمة أن تعلمك على هذا المستوى (الجامعى) . . إنما هو ليزداد إيمانك بالله وبدينه . .

إذ لا مكان للجاهل بين الصفوف ، فالإسلام يا بنيتى يُحَارَبُ بكل الأسلحة . .




ستكونين زوجة

ستكونين زوجـة

« أربعٌ من السعادة :

المرأة الصـالحـة ، والمســكن الواسع ، والجـار الصـالح ، والمركب الهنيء . .

وأربع من الشقاء . .

الجار السوء ، والمرأة السوء، والمركب السوء ، والمسكن الضيق»[1] .

بهذا الكلام الجامع ، والتقسيم الموضوعى الرائع للذى لا ينطق عن الهوى ﷺ اختـرت أن أبدأ حديثى معك عن الزوجة ، وكيف تصبح زوجة بارة صالحة كما أرادها الله ورسوله ﷺ .

وفى عجالة . . ولحرصى الشديد عليك بنيتى العزيزة . . فإنى أعرض عليك بعض الواجبات التى نراها مفروضة عليك ، وتتمه لصورتك الإسلامية التى يرغبها ديننا الحنيف . .

فأنت إن صلح حالك ، وصحت عزيمتك ، وسلمت نيتك . . جزءٌ من السعادة المضروبة للرجل فى الدنيا . .

فلنصنع معاً هذه الصورة الجميلة . .

صورة الزوجة المسلمة . . تطيع زوجها فيما يأمرها به ، لأنها تعرف أن طاعة الزوج طريقها إلى الجنة . .

ولننظر فى هذه الحكاية . . رواها حصين بن محصن قال :

حدثتنى عمتى قالت :

أتيت رسول الله ﷺ فقال : « أى هذه ! أذات بعل ؟

قلت : نعم .

قال : كيف أنت له ؟

قالت : ما آلوه[2] إلا ما عجزت عنه .

---

(١) رواه الحاكم فى المستدرك أبو نعيم فى الحلية والبيهقى فى شعب الإيمان .

(٢) أى لا أقصر فى خدمته وطاعته . .

قال : فانظرى أين أنت منه ، فإنما هو جنتك ونارك .

الزوجة المسلمة تعيش مع زوجها فى السكن الذى يعيش فيه . . ويعده من أجل الزوجة . . راضية بما قسم الله لها من رزق ليتحقق الاستقرار الأسرى . .

الزوجة الصالحة لا تأذن لأحد فى بيت زوجها إلا بإذنه هذا ما وجهنا إليه رسول الله ﷺ .

فعن أبى هريرة رضى الله عنه قال : قال رسول الله ﷺ :

« لا يحل للمرأة أن تصوم وزوجها شاهد إلا بإذنه ولا تأذن فى بيته إلا بإذنه »[1] .

كذلك لا تخرج من بيته بغير إذنه . .

ولا تطالبه مما وراء الحاجة . وما هو فوق طاقته . . فترهقه من أمره عُسراً . . بل عليها أن تتحلى بالقناعة والرضى بما قسم الله لها من الخير كذلك فهى دائما تشكر له ما يقدم لها من طعام وشراب وغير ذلك مما هو فى قدرته ، وتدعو له بالعوض والإخلاف ولا تكفر نعمته عليها . .

«لا ينظر الله إلى امرأة لا تشكر لزوجها ، وهى لا تستغنى عنه »[2].

والزوجة الصالحة . . تحفظ شعور زوجها وتتحرى ما يرضيه فتأتيه . . وما يؤذيه فتتجنبه . .

وأن تحفظ زوجها فى دينه وتلك قضية خطيرة . . ويتم ذلك ببعدها عن التبرج أو التعرض للأجانب فى البيت وخارجه . . فى الشرفة أو على الباب أو فى الطريق والمحلات التجارية ، فهى لا تبدى زينتها إلا لزوجها ولذوى محارمها . .

كذلك لا تفش سر بيتها . .

---

(١) رواه البخارى ومسلم .

(٢) رواه النسائى والبزار . . وهو صحيح . .

« أيما امرأة وضعت ثيابها في غير بيت زوجها ، فقد هتكت ستر ما بينها وبين الله عز وجل »[1] .

كذلك من الأمور المستحبة بل الواجبة على الزوجة المسلمة أن تبر أهل زوجها من والدين وأخوات . . ليتحقق البشر والسرور في البيت المسلم بجميع أركانه . .



(١) رواه الإمام أحمد وابن ماجه والحاكم (انظر صحيح الجامع ٢ / ٣٩٢)

التدبير المنزلى :

من أهم الأمور التى تزين البيت المسلم وتحفظ هدوءه وتبعده عن المشاكل والمشاحنات والنزاع . .

هى حسن تدبير المرأة لبيتها ، والعناية به والاهتمام بما فيه من أثاث ، ورياش . .

وأن تقوم بما فيه من طبخ ، وكنس وفرش وتنظيف للأوانى . .

وذلك لتدع للرجل فرصة العلم والعمل . .

فإن المرأة الصالحة عون على الدين بهذه الطريق ولذلك قال أبو سليمان الدارانى رحمه الله ::

الزوجة الصالحة ليست من الدنيا فإنها تفرغك للآخرة[1] .

فلتكن صورتك كزوجة هكذا . .لتنالى الرضوان الأعلى . .



(١) استفدنا استفادة تامة من كتاب الأستاذ أحمد المقدم / عودة الحجاب .

وبعـد :

فنحن نتحدث عن الفتاة المثالية . . مثالية فى فهمها لطبيعة الأمور حولها . . ومثالية فى فهمها لأمور دينها . . مثالية فى قدرتها على خلق جو نموذجى فى بيت مسلم . . كأم ، وزوجة . .

مثالية فى قدرتها على نفع المجتمع ، وتقديم الثمار الصالحة له من بنين وبنات يكونوا عنوانا للإسلام فى أبهى صورة . . وأقيم مثال . .

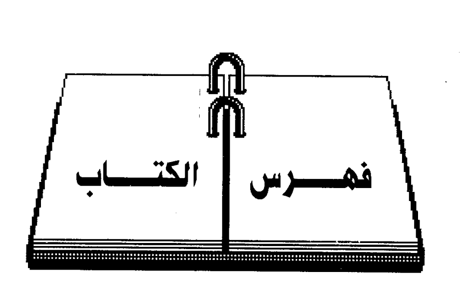
والله المستعان

هو سبحانه من وراء القصد

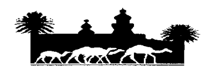
سند بسط / زفتى / غربية
ت/ ٦٠١٤٨٥

د / محمد عبد العظيم عطية لماضة
(عاطف لماضة)




فهـــرس الكتـــاب

الموضـــــوع	الصفحة



رقم الإيدع بدار الكتب المصرية ٥٦٢٥/ ١٩٩٥م